CONMIGO SIEMPRE

Laura Vidal

Conmigo siempre

Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa y por escrito de los titulares del copyright. La infracción de dichos derechos puede constituir un delito contra la propiedad intelectual.

Edición: www.triunfacontulibro.com

© Laura Vidal, 2022

Conmigo siempre, porque tu huella sigue presente en mí, impregnando todo eso que ahora soy.

Conmigo siempre, porque tenerte cerca me ha cambiado,
me ha hecho mejor persona. Nunca volveré a ser como antes de ti.

Conmigo siempre, porque tu amor y tu recuerdo me acompañan
y me guían en el camino de la vida.

Conmigo siempre, porque sin estar aquí te sigo sintiendo cerca.
Estás en cada cosa que hago y, de alguna manera,
siento que iluminas mi oscuridad.

Conmigo siempre, porque, aunque no estés aquí físicamente,
vas a seguir formando parte de la historia de mi vida.
Te voy a recordar con amor y voy a seguir valorando
todo lo que aportaste a mi experiencia vital.

Conmigo siempre, porque nuestro vínculo es fuerte y antiguo.
Tú no eras mi mascota, yo no era tu dueña. Somos almas gemelas
reconociéndonos a través del tiempo y el espacio,
a pesar de las diferentes formas y especies. Somos tú y yo.

Ese hilo rojo que nos conecta sin atar, que nos une sin imponer, puede estirarse, enrollarse o alejarse, pero nunca romperse.

Hay vínculos que ni la muerte puede destruir.

Conmigo siempre, porque una parte de tu esencia sigue viviendo
en mí y una parte de la mía está donde tú estés.

Dedicado a todos los que hemos perdido
un trocito de nuestro corazón.

LAURAL VIDAL

ÍNDICE

Nota

Introducción

El miedo a la muerte

Vida después de la vida

La vida después de la vida en seres humanos

La vida después de la vida en animales

El alma de los animales

Reencarnación

La reencarnación y los seres humanos

La reencarnación y los animales

Historia de un alma gemela peluda

Conclusiones

Para reflexionar

Fin del viaje

Mi conclusión personal

Una carta para ti

Carta al lector

Agradecimientos

Bibliografía

Nota

En este libro intentaré no hacer uso de la palabra «mascota» y cambiarla por otros apelativos, como «animal de compañía», «animal que vive con nosotros», «miembro de la familia», «peludo», «compañero», «amigo» … No quiero decir que quien emplee esa palabra lo haga sin amor y respeto, por supuesto que mucha gente lo hace con todo su cariño, pero creo que está mal formulada.

Utilizó estos otros términos, ya que para mí es éticamente más correcto. No creo que el perro que vive en mi casa, al que yo considero un miembro más de la familia, se pueda nombrar de la misma forma que los muñecos que animan a un equipo determinado en un partido de fútbol, y es que la primera acepción que podemos leer en el diccionario de la Real Academia Española es: «Persona, animal o *cosa* que sirve de talismán, que trae buena suerte».

La hipótesis de la relatividad lingüística apunta a que percibimos el mundo de acuerdo a cómo nos referimos a él. El lenguaje influye directamente en la percepción que como sociedad tenemos de las cosas que nos rodean; por tanto, definir las cosas de forma correcta es muy importante tanto para nosotros como para las próximas

generaciones. La palabra «mascota» proviene del francés *mascotte* y significa «amuleto», lo que ya cosifica a los animales de compañía como objetos y también los separa de los otros animales *(ya sabes, esos que no merecen la compasión de la inmensa mayoría de las personas)*.

Tal y como están las cosas en el mundo y en España, donde recordemos que se está luchando en el Congreso de los Diputados para que los animales sean considerados seres sintientes y no *cosas* , la definición de «mascota» no les hace ningún favor, más bien al contrario. Lo éticamente correcto es aceptar que los animales no están aquí solo para nuestro disfrute y entretenimiento, sino que son seres no humanos con una entidad propia que debe ser respetada, entendida y nunca menospreciada, pues nosotros no somos más que otra especie de animales. Pienso firmemente que la «superioridad» que tenemos en algunos sentidos no debe darnos la sensación de que podemos aprovecharnos de nuestros otros compañeros de planeta, sino que precisamente nuestra moral más elevada trae consigo la responsabilidad de respetar y cuidar a los demás habitantes de la tierra.

Cuando un hombre se apiade de todas las
criaturas vivientes, solo entonces será noble.

Buda

No te avergüences si, a veces, los animales
están más cerca de ti que las personas.
Ellos también son tus hermanos.

San Francisco de Asís

Introducción

Creo que nada ocurre por casualidad, sino por causalidad, así que si estás leyendo estas palabras ahora mismo no creo que sea por azar, sino más bien porque estas letras debían ser leídas por ti.

Si estás aquí, compartiendo estas páginas de papel conmigo, déjame felicitarte por dos cosas:

En primer lugar, porque has sido tan valiente como para enfrentarte a uno de los tabúes más arraigados en nuestra sociedad: la muerte. Has querido acercarte a ella a pesar del miedo, con curiosidad, y espero, de todo corazón, que tu valentía obtenga su premio. El premio de abrir una puerta en tu interior para empezar a ver la muerte de otra manera.

En segundo lugar, porque eso significa que, seguramente, has perdido a un miembro de tu familia de cuatro patas y, lo más importante, te ha impactado tanto su pérdida como para querer buscar las respuestas a algunas preguntas.

Por ello te digo: FELICIDADES y GRACIAS.

Gracias de todo corazón por querer a un animal así.

Si no me conoces, permíteme que me presente:

Me llamo Laura Vidal y desde siempre he sentido un amor innato hacia los animales. No es de extrañar que terminara trabajando por y para ellos. Después de ser muchos años auxiliar de veterinaria (estudios científicos) y de estudiar psicología (carrera de ciencias), perdí a los animales con los que compartía mi vida, lo que me llevó a experimentar un duro proceso de duelo que quedó plasmado en mi primer libro, *Espérame en el arcoíris* (2019), que se convirtió en *long seller* en Amazon en la categoría de libros sobre animales.

Este hecho me hizo entrar de lleno en el mundo del duelo animal y dedicarme exclusivamente a esta misión de vida. Así es como me formé como *coach* , acompañante en el duelo y doula del alma animal, y acabé ayudando a miles de personas en sus duelos por los miembros peludos de su familia.

Dos años después llegó mi segundo libro, *Cuando ya no estás,* de la mano del sello editorial Vergara.

En mis libros hablo del duelo, del amor por los animales y acompaño a las personas a transitar por este proceso de forma que no se sientan solas ni incomprendidas. Con mis obras doy visibilidad a un tema tan natural como es el duelo animal, que tan escondido socialmente ha estado. Gracias a ellas he conseguido que algo tan controvertido aparezca en muchos medios de comunicación, tales como prensa, radio y televisión, haciendo que los que están en ese proceso sepan que no
están solos.

Sin embargo, este tercer libro nace desde otra necesidad, por eso es diferente a sus hermanos. Este libro que tienes entre las manos en realidad es un VIAJE, un viaje transformador en busca de respuestas en el que me adentro en el mundo que se esconde tras el velo de la muerte e intento que mi parte espiritual y científica se complementen en armonía en lugar de luchar entre sí.

¿Por qué empiezo este viaje?

Después de acompañar en sus duelos a miles de personas de diferentes países del mundo, me encuentro con que un porcentaje significativo de ellas me hablan de comunicaciones de sus animales desde el más allá, así como de animales que «vuelven» a la familia y parecen recordar a un peludo anterior que partió. Lo curioso es que personas de diferentes culturas y edades y con duelos diversos me relatan prácticamente las mismas vivencias. Entonces se me plantean algunas preguntas:

- ¿Estas comunicaciones verdaderamente SON señales o meras casualidades?
- ¿Pueden los animales volver a la vida en otro cuerpo diferente?
- ¿O quizás será lo que la mente de una persona en duelo quiere ver?
- ¿Realmente ver es creer? ¿O creer es ver?

Como ves tengo muchos interrogantes que necesitan solución, y es aquí donde mi parte científica y mi parte espiritual no pueden más que unirse para intentar buscar una respuesta a algo que tengo delante de mis ojos cada día.

En el duelo pasamos por una dura etapa de desapego, en la que literalmente mataríamos por poder ver, tocar o abrazar una vez más a ese ser peludo que se ha ido.

Yo siempre les digo a mis dolientes que ahora tenemos que aprender a amar de otra manera, porque un duelo no es olvidar, sino reubicar.

En ese momento tenemos que aprender a seguir amando a nuestros animales de una forma más intangible, sin usar los sentidos, pero aun así utilizando el corazón.

Se puede seguir amando y queriendo algo que no puedes ver ni tocar. He aquí la realidad de que el amor no termina con la muerte, a pesar de que sus pequeños cuerpos estén convertidos en cenizas o quizás enterrados bajo un árbol, lo que no podemos negar es que el amor sigue estando presente, en nosotros. Por supuesto, el duelo es un proceso muy triste que hay que vivir y afrontar. El dolor por esa parte física de ellos que ya no está y también el dolor por nosotros

mismos, porque ya no vamos a compartir el mismo espacio y tiempo que ellos en el futuro, pero realmente… ¿debemos pasar un duelo también por su alma? Quiero decir… **¿de verdad han dejado de existir?**

Uno de los sentimientos más recurrentes que he encontrado trabajando el duelo en mis dolientes y en mí misma ha sido esa sensación de desconcierto, de no saber dónde están nuestros peludos queridos. Sinceramente, creo que la verdadera pregunta no sería dónde, si no… ¿están o ya directamente no existen?

Yo personalmente desde pequeña he sentido que había algo más, pero no sabía muy bien qué. Sensaciones que cuando pasamos a analizar pierden todo el sentido y terminamos desechando.

A veces he experimentado cosas que no he podido explicar y a las que tampoco he querido dar demasiadas vueltas; sin embargo, creo cada vez más (sobre todo en los últimos tiempos) en el universo. Esto es debido a que, desde hace algunos años, he empezado a experimentar muchas coincidencias (o no) en mi vida y esto me ha hecho estar más atenta a las señales que recibo y que creo que de un modo sutil me guían o me ayudan a decidir correctamente qué caminos tomar. Entiendo que cuando algo se te pone delante y se te repite una y otra vez es para que le prestes atención o pongas el foco en eso, como en mi caso son las vivencias de vida después de la vida de los animales que perciben mis dolientes o seguidores de mis redes sociales.

Podría perfectamente buscar un enfoque racional y desechar este viaje antes de empezarlo. Pensar que los dolientes simplemente vemos o sentimos lo que queremos ver y sentir o, lo que es lo mismo, que todo está dentro de nuestra cabeza. Sin embargo, esto no explicaría ciertas de las coincidencias que he notado, algunas de las cuales son bastante curiosas, como, por ejemplo:

- Que el 90 % de las señales llegan cuando la persona está en proceso de aceptación o sanación de su duelo. Muy pocas personas reciben señales cuando están en el punto de su máximo dolor ¿por qué?
- Que, a pesar de trabajar con personas de diferentes culturas, países y edades, no recibo el *feedback* de cientos de señales

diferentes, sino que todas se agrupan en unas pocas variantes que son las que más se repiten en todas las personas: ¿por qué?

Y todas estas coincidencias no hacen más que hacer crecer las preguntas en mi interior:

- En caso de que sean realmente comunicaciones del más allá ¿qué significan?
- ¿Qué sería eso tan importante que nuestros animales fallecidos querrían decirnos?
- ¿Existen personas que pueden ayudarnos a conectar con ese otro lado?
- ¿Los animales tienen alma? Si es así, ¿es cómo la nuestra? ¿Iremos al mismo lugar al morir?
- ¿Puede un ser que ha fallecido volver a vivir en un cuerpo diferente?
- ¿Realmente la muerte es lo que nos han enseñado o hay algo más?

Este libro es un ente vivo que me ha poseído, yo no lo he escrito a él sino al revés. A pesar de querer elaborar un libro sobre las señales, me di cuenta de que no podía llegar a entenderlas realmente sin indagar en qué es lo que ocurre una vez que humanos y animales cerramos nuestros ojos por última vez. Creo que las señales pueden llegar a nosotros más fácilmente si entendemos de dónde vienen y dónde se encuentran nuestros queridos animales una vez que ya no están aquí.

Yo, partiendo de una base medianamente escéptica, no siendo una persona religiosa, aunque sí filosófica y espiritual, no puedo negar o dar la espalda a los hechos que tengo delante, quiero encontrar respuestas o, por lo menos, llevar algo de luz a este tema. Por eso no solo voy a compartir contigo todo lo que he vivido, sino que te voy a pedir que me acompañes en este viaje de búsqueda de claridad que voy a emprender.

También quiero dejar claro que este libro no pretende ser un libro científico, ni mucho menos mostrar una verdad absoluta, no estoy aquí para convencer a nadie ni para probar nada. Este libro simplemente es un viaje que, si quieres, puedes hacer conmigo; un

camino que se abre ante mí a raíz de mi trabajo como acompañante en el duelo por los animales con los que convivimos.

Recuerda que mi objetivo, tanto en mis libros como en mis redes sociales (@esperameenelarcoiris), no es ni mucho menos imponer mi opinión, sino expresar y explicar cómo me siento o qué es lo que pienso o investigo de ciertos temas. Así que solo te pido un favor: toma de estas páginas lo que resuene contigo y… *¡saca tus propias conclusiones!*

Con la mente abierta y alineada al alma vamos a emprender de la mano este viaje de descubrimiento.

¡Allá vamos!

El miedo a la muerte

El sentimiento principal que surge en la mayoría de las personas cuando se habla del tema de la muerte es el miedo.

Me gustaría partir de la base de que el miedo es, esencialmente, lo contrario al amor. A pesar de que nos han enseñado que lo opuesto al amor es el odio, cabe hacer un inciso para puntualizar que el odio nace del miedo.

Aquello que odiamos es algo que consciente o inconscientemente nos asusta. Tememos aquello que desconocemos. ¿De dónde nace el odio sino del miedo? El miedo y la ignorancia van cogidos de la mano.

¿Qué es el racismo sino el miedo a otra cultura? ¿O qué es la homofobia sino el miedo a la diversidad?

Vamos a partir de la idea de que **las emociones no son ni buenas ni malas, son necesarias y todas merecen y necesitan ser escuchadas, pues cumplen una función** . Quizás este concepto tan sencillo es, a la vez, uno de los más difíciles de interiorizar. Nos han enseñado que hay unas emociones buenas y otras malas, y que debemos apartar las malas de nuestra vida y no sentirlas, taparlas o luchar contra ellas. Dice Beret, uno de mis cantantes favoritos, en su tema *Bye Bye* del 2016: «Si tú corazón no llora cómo apagarás

incendios/ Pa'ver al ser feliz habrá que ver al mal en medio».

O, lo que es lo mismo, no podríamos apreciar verdaderamente lo que significa la felicidad si no experimentáramos la pena.

Según palabras del gran Carl Jung, médico psiquiatra, psicólogo y ensayista suizo, figura clave en la etapa inicial del psicoanálisis: «Aun una vida feliz no es factible sin una medida de oscuridad, y la palabra " felicidad" perdería su sentido si no estuviera balanceada por la tristeza».

Mi propio duelo y acompañar a cientos de personas en los suyos me ha enseñado esta verdad ineludible. La tristeza es una emoción muy dura y desagradable de sentir, pero, a su vez, es extremadamente sanadora. Nos hace llorar y desahogarnos, parar el ritmo y darnos el espacio que necesitamos, asimilar el vacío que debemos afrontar en nuestra vida sin ese ser que amábamos… La tristeza no nos va a matar, al revés, debemos vivirla sin taparla y abrazarla mientras cura nuestro roto corazón. **La tristeza es el alcohol en la herida, que escuece pero desinfecta.**

Lo mismo ocurre con el miedo, otra emoción necesaria que existe por una razón y que va a cumplir su función en nuestra vida. Quizás lo más importante a la hora de hablar sobre el miedo a la muerte es tener claro que este miedo se divide en dos: un miedo que nos ayuda y otro que nos entorpece el camino.

¿¡Cómo!? ¿Un miedo bueno? Pues sí.

El miedo está bien y es normal, es una emoción más que debemos dejar fluir, validar y traer a la consciencia. Lo que ocurre es que amplificamos y distorsionamos algunas emociones y entonces las convertimos en desadaptativas; es decir, en lugar de hacer su función y ayudarnos, cuando funcionan mal nos ponen la vida más difícil.

La ansiedad, por ejemplo, desencadena unas reacciones en nuestro cuerpo, como son palpitaciones, aceleración del pulso, tensión muscular, respiración rápida, estado de alerta… Todas estas acciones son supernecesarias y nos van a ayudar mucho cuando estemos en peligro y nos persiga un desconocido en plena noche y

tengamos que escapar de él, entonces la ansiedad es nuestra mejor aliada. El problema aparece cuando la ansiedad se activa en una persona que está tranquila metida en la cama y lista para dormir, sin necesidad de huir de nada. Si la ansiedad se da cuando no la necesitamos, ahí es cuando se ha vuelto desadaptativa, porque aparece cuando no es el momento.

Así, el miedo no es malo, tampoco el miedo a la muerte, un miedo primario llamado también instinto de supervivencia. Este miedo es el que nos ayuda a seguir con vida y a él le debemos no habernos extinguido y haber continuado evolucionando desde nuestros ancestros hasta hoy. Ya nuestros antepasados se guarecían en una cueva cuando caía la noche y encendían una hoguera, ¿sabéis por qué? Pues porque tenían miedo, y hacían bien, gracias a ellos estamos vivos. Seguramente a aquel valiente que se iba solo a pasear de noche en medio de la oscuridad se lo comería un león o cualquier animal salvaje y seguro que sus descendientes no se encuentran hoy entre nosotros, básicamente porque no existen. La ausencia de miedo de ese hombre de las cavernas lo mató.

Imagínate que no tuviéramos ningún miedo a la muerte, no se nos activarían las alarmas al estar saltando al lado de un acantilado, ni veríamos ningún problema en cruzar andando una autovía repleta de coches a toda velocidad. Gracias a que tenemos este instinto primario de supervivencia no nos hemos extinguido, así que debemos estar agradecidos al miedo, que nos ayuda a seguir con vida, nos mantiene a salvo y cumple su función. No queremos morir, hemos venido a esta aventura del mundo físico a experimentar y queremos exprimirla, vivirla y estar aquí mientras podamos.

Por desgracia, el miedo a la muerte también tiene un lado oscuro que no está aquí para protegernos ni ayudarnos, sino al revés, para hacernos la vida más difícil. Ese miedo ha ido creciendo década tras década y asentándose en nuestra cultura, ya que, en lugar de evolucionar en lo que a la muerte se refiere, por el contrario, en este sentido hemos retrocedido. Hemos ido desnaturalizando algo tan natural como morir, desde la antigüedad, cuando era algo aceptado e integrado en la vida social, hasta nuestros tiempos modernos, donde se ha convertido en algo oculto, un tabú. Así, a

día de hoy, no hablamos de tenerle miedo a la muerte, sino de sentir un terror, un pavor exagerado y un desconocimiento total hacia ella. Esto nos ha llevado a esconder todo lo que tenga que ver con la muerte, a alejarla de nuestros hijos y a ocultar todo lo relacionado con la finalidad del cuerpo, pensando que de ese modo vamos a poder librarnos de ella, ¡ingenuos de nosotros!

¿Cuántos de nosotros hemos oído las frases «no hables sobre eso» o «si lo nombras lo invocas»?

Pues resulta que el cementerio está lleno de personas que no querían ni oír hablar del tema y el *tema* los ha encontrado como a todos.

Me encuentro cada día con personas que me confiesan que se han pasado toda la vida de su querido animal sufriendo, pensando en el día en el que moriría, como una enorme sombra gris capaz de nublarlo todo, llegando a empañar incluso los buenos momentos donde todo iba bien, haciendo que la persona tuviera esta preocupación anticipada que no la dejaba disfrutar su presente.

Cuando les pregunto qué han hecho ellas ante este hecho, la respuesta más común es nada. Aquí tenemos dos formas de actuar posibles: la pasiva y la activa.

La *pasiva* es básicamente no hacer NADA, es preocuparnos sin parar pero no buscar una solución. Cuando no hacemos nada nos colocamos en un papel pasivo, somos víctimas, nunca llegamos a mover ficha, dejando que esa preocupación se prolongue en el tiempo volviéndose perenne.

La *activa* es básicamente hacer ALGO, es ocuparnos en lugar de preocuparnos. Cuando hacemos algo nos convertimos en parte activa del proceso, ya que esa preocupación inicial nos hace pasar a la acción y con ello ya no se enquista. Aquí ya no somos víctimas, sino que tenemos el timón de nuestra vida.

No sé si alguna vez has oído la frase «Si no puedes con tu enemigo, únete a él» y yo aquí añadiría que, una vez que te unas a él dejará de ser tu enemigo, porque recuerda que odiamos lo que tememos y lo tememos porque nos es desconocido.

Así que acércate a la muerte con curiosidad, devolviéndole ese halo de naturalidad que tenía en el pasado, aceptando que no podemos huir de ella ni nosotros ni los seres a los que amamos; por ello, nuestra mejor opción es saber tanto de ella como podamos. Obviamente, acercarnos no va a hacer que desaparezca, pero quizás podemos ver que no es tan irremediable como nos han enseñado y quitar esa niebla tenebrosa de su alrededor.

¿Es lo mismo vivir la muerte como un punto y final a vivirla como un punto y aparte?

¿Es lo mismo ver la muerte como un esqueleto con una guadaña que viene a arrebatarte lo que más amas a verla como una simple puerta a un cambio de estado?

Pues yo creo que no.

Dice Camilo Russi, experto tanatólogo, que «aceptar la muerte es plenitud para tu vida». Entonces la muerte podría ser la mejor brújula que te guíe durante tu tiempo aquí, en el plano físico. Vivir con la consciencia de la impermanencia, de que todo lo que experimentamos aquí es limitado, quizás nos ayudaría a valorar más todo eso que damos por sentado como un simple abrazo o un amanecer.

Muchas veces nuestra visión y la negación de la muerte nos llevan incluso a olvidar a nuestros seres queridos fallecidos. Hay personas que me dicen que no pueden afrontar el duelo porque no consiguen olvidar a su amado animal y que saben que nunca lo lograrán. Pensamos que como han fallecido tienen que dejar de formar parte de nuestra vida, que debemos quitar sus fotos o no hablar más de ellos, por eso las familias a las que acompaño se sorprenden cuando les digo que no deben olvidar a sus peludos, al revés, debemos encontrar la forma de honrarlos y saber que **van a seguir siendo parte de la familia siempre, estén o no físicamente aquí.**

Por este motivo es extremadamente importante que cambiemos el paradigma en lo referente a la cultura de duelo y muerte que impera en nuestra sociedad. Entender que quizás estudiar y formarnos en estos temas puede traer increíbles beneficios a nuestra vida, siendo incluso la formación más importante que hagamos,

porque un duelo, que no es otra cosa que una pérdida, abarca innumerables áreas durante toda la existencia de una persona. Van a llegar siempre los momentos de despedida, ya sea de una etapa, de una relación, de un trabajo, de un sueño, de una casa o, el peor de todos, de un ser al que amas. Los beneficios de una «educación» sobre el tema de los fenómenos que se producen o pueden producirse alrededor de la muerte son evidentes, no solo a la hora de afrontar un fallecimiento y un duelo, sino también ante nuestra propia finitud.

Deshacernos del miedo desadaptativo a la muerte pasa por dejar de verla como un tabú, de acercarnos a ella con curiosidad y no negarla, entender que es parte de la vida y que a todos nos incumbe este tema, pues todos vamos a vernos las caras con ella.

Perder el miedo a la muerte por completo es absurdo, porque el miedo no es malo. Por eso debemos abrazar y agradecer al miedo del instinto de supervivencia que nos mantiene vivos, e intentar escapar del miedo desadaptativo que nos hace la vida más difícil, impidiéndonos disfrutar del momento presente o haciéndonos añadir más sufrimiento a nuestros duelos.

De manera ideal, esta reflexión debe continuar a lo largo de toda nuestra existencia, porque, evidentemente, es más fácil reflexionar sobre la muerte cuando todo va bien, en lugar de verse obligado a ello ante la urgencia de un duelo o de un veredicto de muerte inminente, como en el caso de una enfermedad terminal.

Porque la muerte puede ser también el descanso de un cuerpo cansado y enfermo que ya no nos permite experimentar la vida en toda su amplitud, entonces se convierte en un alivio.

La muerte repentina también puede ser una vuelta a casa de un ser que estaba aparentemente sano. Desde nuestro desconocimiento es una tragedia, pero quizás todo forma parte de un plan que se escapa por completo de lo racional, puede que sea más necesario en otro sitio o planee volver de otra forma, en este caso la muerte se convierte en un ¡hasta luego!

Acércate a la muerte con inocencia y curiosidad, cambiando los prejuicios que tienes hacia ella, quizás así ella te sorprenda y

puedas ver que cuanto más la conoces menos miedo tienes y cuanto menos miedo, menos odio y más amor.

Cuando comprendo a mi enemigo tan bien como
para vencerlo, entonces también lo amo.

Orson Scott Card

EJERCICIO PRÁCTICO:
CARTA A LA MUERTE

Baja la muerte a tierra, que deje de ser ese concepto etéreo, conviértela en algo tangible. Para eso vamos a escribirle una carta, como si fuera una persona real. Háblale de tú a tú y dile todo eso que sientes: ¿Estás enfadado? ¿Te da miedo? ¿Crees que te debe algunas explicaciones? ¿Te gustaría preguntarle algo? ¿Te gustaría agradecerle algo?

Estas líneas son tuyas para que puedas escribirle tu carta:

Vida después de la vida

No somos seres humanos que viven una experiencia espiritual,
somos seres espirituales viviendo una experiencia humana.

Pierre Teilhard de Chardin.

Creo en la vida después de la muerte, simplemente
porque la energía no puede morir, ella circula,
se transforma y no se detiene nunca.

Albert Einstein.

La vida después de la vida en seres humanos

Cuando empiezo este apasionante viaje de dar sentido a las señales que reciben mis dolientes después del fallecimiento de sus animales, lo primero a lo que acudo es a la ciencia. Devoro publicaciones, ensayos y libros científicos buscando encajar las piezas de este gran rompecabezas.

Una vez más, al igual que ya me pasó cuando investigué sobre duelo, me encuentro con que la aplastante mayoría de estudios se centran en la vida después de la vida en seres humanos.

Aún queda mucho por avanzar en el tema animal y es que, hasta no hace mucho tiempo, los animales han sido considerados seres de segunda, poniéndose en tela de juicio por algunas religiones mayoritarias incluso el hecho de que tuvieran alma, por lo que es normal que no haya grandes investigaciones al respecto.

Ya que aquí es donde más foco han puesto los investigadores durante años, creo que es más probable que extraigamos mayor información. Cuando consultamos bibliografía del tema vida después de la vida en humanos nos podemos encontrar cosas

asombrosas que, sin duda, podemos estudiar cómo extrapolar para el mundo animal.

Tengo que destacar un dato que me deja completamente boquiabierta, ciertamente algo muy esclarecedor para mí. Resulta que estas señales desde el más allá son muchísimo más comunes de lo que había podido imaginar, ahora entiendo por qué no eran un hecho aislado en mis acompañamientos, sino que se dan mucho más de lo que nos pensamos. Por ejemplo, se estima que un 20 % de la población mundial y un 16 % de la población española han tenido comunicación con alguno de sus seres queridos ya fallecidos (encuesta realizada por la asociación IANDS [International Association for Near-Death Studies]*)* . Sin duda, es un porcentaje bastante importante como para dedicarle la atención que este tema se merece. Si tenemos en cuenta que, por ejemplo, el porcentaje de zurdos en nuestro país es del 10 % y el de diabéticos del 14,8 %, cosas que se consideran medianamente comunes o normales, las comunicaciones con los que han dejado el mundo físico se siguen viendo como algo extrañísimo y sobrenatural, a pesar de estar por encima de esa tasa, o sea son más frecuentes.

A este porcentaje del 20 % de población mundial que asegura haber tenido contacto con un difunto hay que sumarle, además, la variante de que muchas personas que han vivido experiencias inexplicables pueden sentir miedo de compartirlas con los demás, ya que existe la posibilidad de ser rechazadas, objeto de burlas, tachadas de locas o considerarse mentalmente inestables, por lo que podemos imaginar que este porcentaje puede incluso ser algo mayor.

Evidentemente, como todo lo relacionado con la muerte, nos encontramos ante un tabú, algo de lo que no se habla pero está ahí. Un hecho que tachamos de «paranormal», pero que, si tenemos en cuenta las estadísticas, parece más normal de lo que podemos creer *a priori* .

Aquí se nos plantea una primera duda. ¿Estas comunicaciones se dan realmente o son producto de una imaginación que intenta aliviar nuestro dolor?

Cuando me centro en estudiar estos fenómenos, uno de los libros

que más llama mi atención es el de la investigadora suiza Evelyn Elsaesser, *Cuando los difuntos nos visitan* . Se trata de una obra que recopila más de tres décadas (¡que se dice pronto!) de investigaciones científicas por parte de Evelyn en lo que ella llama VSCD o, lo que es lo mismo, vivencias subjetivas de contacto con un difunto.

Los más de 30 años de investigaciones de Evelyn la llevaron a escribir el que es uno de los libros más completos sobre este tema y arrojan algo de luz entre tanto tabú y oscuridad. Además es consejera del instituto INREES (Institut de Recherche sur les Expériences Extraordinaires), cofundadora de la asociación internacional IANDS y colabora con la SMN (Scientific and Medical Network), una organización británica que promueve el diálogo entre medicina, ciencia y espiritualidad.

Algunas cifras interesantes destacan de una amplia encuesta europea llevada a cabo, en su primera versión, en 1981 en dieciséis países. En esta encuesta se preguntó a los individuos encuestados: «¿Ha tenido alguna vez la sensación de estar realmente en contacto con una persona fallecida?». Se observaron grandes diferencias entre países, que van del 9 al 41 %. Islandia ocupaba el primer lugar, con un 41 % de personas que respondieron afirmativamente a la pregunta planteada, seguida de Italia con un 34 %, Alemania con un 28 %, Gran Bretaña con un 26 %, Francia con un 24 %, Bélgica con un 18 %, Irlanda y España con un 16 %, Finlandia y Suecia con un 14 %, Holanda con un 12 %, Dinamarca con un 10 % y Noruega con un 9 %. En resumen, se desprende de esta encuesta que una cuarta parte de los europeos refiere un contacto directo con una persona fallecida.

La formulación de la encuesta, «¿Ha tenido alguna vez la impresión de estar realmente en contacto con una persona fallecida?», es explícita. No se trata de una vaga sensación de presencia, sino de la impresión de un contacto real. Es intrigante constatar que se concede tan poca atención a este importante fenómeno.

En Estados Unidos se han registrado estimaciones de casos de VSCD todavía más elevadas. Los investigadores Bill Guggenheim y Judy Guggenheim han estudiado durante 25 años las experiencias cercanas a la muerte. Ambos son miembros de ADEC (Association

for Death Education and Counseling) y de otras organizaciones de EE. UU. creadas para atender las necesidades de los enfermos terminales y las personas que han perdido a un ser querido. Estos autores calculan que entre 60 y 120 millones de estadounidenses habrían experimentado uno o varios contactos con difuntos; es decir, entre un 20 y un 40 % de la población global de EE. UU. Louis LaGrand, profesor y experto en comunicación tras la muerte, estima que 70 millones de estadounidenses, el 44 %, habrían experimentado una VSCD.

Cuando hablamos de VSCD nos referimos a diferentes formas de vivir y experimentar estas comunicaciones; sin embargo, los mensajes o información transferida son bastante comunes entre sí.

Aquí podemos evaluar el primer dato que consigue darnos una pista sobre si las VSCD son producto de la mente o no. Si las personas somos muy diferentes, de culturas y religiones diversas y con duelos únicos… ¿por qué estas comunicaciones tienen tanto en común? ¿Por qué no hay tantas experiencias como personas que las viven, sino que se concentran en unos pocos grupos con muchas similitudes entre sí?

Si esto fuera producto de nuestra imaginación, ¿tendría sentido que todos experimentáramos lo mismo?

¿Qué es tan importante como para que los seres humanos que han dejado de estar aquí físicamente manden unos mensajes a sus familiares que todavía están en el plano físico?

En casi todas las investigaciones y hechos que han sido registrados nos encontramos con que los mensajes más comunes suelen ser:

- De amor *(te quiero, velo por ti)*.
- Tranquilizadores *(estoy bien, no te preocupes por mí)*.
- De ánimo *(no estés triste, continúa tu camino en la vida)*.
- De despedida *(déjame partir, soy feliz)*.
- De reunión futura *(nos volveremos a ver)*.
- De perdón (*perdóname, quiero hacer las paces)*.
- De protección *(te prevengo de algún peligro)*.
- **De información** *(he vuelto a casa, no estoy muerto, o*

información relevante para los familiares) [1]

Como podéis observar, he resaltado los mensajes de información en negrita por una razón muy simple, un porcentaje de estas comunicaciones son para transferir verdadera información práctica a los familiares del difunto, información que ellos mismos no conocían.

Vamos a ver en el ejemplo la historia de M, que tras ver una de mis charlas en una cumbre me contactó para explicarme un hecho que le había ocurrido y que no sabía con quien compartir. Según ella misma, esto ha supuesto un antes y un después en su vida:

Cuando falleció mi padre nos quedamos bastante descolocadas. Era un hombre muy fuerte y sano y sucedió todo de un día para otro. Poco después del entierro, mi hermana y yo fuimos a casa de mi madre, que estaba destrozada. No sabíamos lo que teníamos que hacer, ni donde mi padre tenía todos los papeles. Rebuscamos en su despacho y no veíamos los que necesitábamos.

Sin saber qué hacer empecé a pasear por la casa pensando dónde podría haber dejado mi padre sus papeles. De repente, al entrar en su habitación, tuve una sensación extraña, noté como su presencia, incluso su olor, pero rápidamente me dije que era algo normal al estar en su dormitorio. De improviso, sentí una mano sobre mi hombro, pude notar claramente cómo alguien ponía su mano sobre mí. Me quedé petrificada porque sabía que estaba sola y que no tenía a nadie detrás. Entonces mis ojos fueron directos a un cajón de la habitación, donde mi padre guardaba sus camisetas interiores. Justo en ese momento oí con total claridad la voz de mi padre que decía: «ahí». La sensación de esa mano sobre mi hombro desapareció. Llamé a gritos a mi madre y a mi hermana, y les dije lo que acababa de pasar. Juntas abrimos el cajón y, por increíble que parezca, allí estaban los papeles. ¡Y no solo eso!, mi padre había hecho un seguro de vida del que nunca nos había hablado. Estaba todo allí.

Aunque todas las VSCD son impactantes, creo que las de información son las más esclarecedoras. Aquí verdaderamente hay un intercambio de información del que la persona que lo experimenta no tenía conocimiento hasta que la VSCD ocurre. La conclusión que podemos extraer gracias a estos mensajes es que NO son producto de la imaginación o del dolor de una persona en duelo, ya que da información que el sujeto no conocía, por lo que es un mensaje que viene del exterior y en ningún caso puede venir del interior del doliente.

¿Qué significa para una persona que ha perdido a un ser querido vivir una VSCD?

Los propios protagonistas hablan del enorme consuelo que sienten. La convicción de que la persona fallecida continúa existiendo y la implicación que eso supone para el sistema de creencias. Las VSCD aportan una inesperada ayuda y fuerza para proseguir el camino de la vida sin el ser querido. Se consideran como un acontecimiento importante y que deja huella, nunca olvidarán esa experiencia vivida por muchos años que pasen.

En un aspecto más personal, los dolientes tienen la sensación de continuar siendo amados; el ser querido parece seguir junto a ellos, pero desde otro lugar, y sienten que el amor sobrevive a la muerte. Estos elementos constituyen todo un cambio de paradigma en lo que a la muerte se refiere, tal y como culturalmente nos la han enseñado. Las consecuencias de las VSCD sobre el proceso de duelo son, sin lugar a dudas, enormes. Ya no se percibe el duelo como una muerte total, sino solo como una muerte física. Durante estos contactos, parecen resolverse algunos problemas de relación conflictivos que en el momento del fallecimiento se mantenían activos.

En resumen, el mensaje esencial y homogéneo de las VSCD es claro: una cierta forma de consciencia y el amor sobreviven a la muerte del cuerpo. Los difuntos tranquilizan a sus amados familiares: se encuentran bien y están tranquilos y felices en su nueva forma de existencia, de la que no suelen revelar mucho. Los animan a continuar con su vida sin alargar demasiado un duelo que no tiene

razón de ser, puesto que es segura una reunión futura. El impacto reconfortante de estos mensajes es evidente. La tristeza debida a la ausencia del ser querido persiste, por supuesto, pero el mensaje de esperanza es muy fuerte.

Siguiendo el rastro de publicaciones e investigaciones sobre la posvida, encuentro a varias personalidades destacadas de habla hispana con las que consigo concertar diferentes entrevistas para abordar este tema tan desconocido:

Entrevista a Joaquín Cámara

Joaquín Cámara es licenciado en Psicología y especialista en Intervención psicológica en procesos de duelo en la Universidad de Murcia. Además es autor del *best seller* internacional *Una vida infinita* .

Una de las primeras preguntas que le hago a Joaquín durante nuestra entrevista es precisamente cómo puede un psicólogo que ha estudiado una carrera de ciencias acabar escribiendo un libro sobre la vida después de la muerte. Joaquín me contesta que el mundo espiritual es tan científico y real como la dimensión emocional, psicológica o física. Que cuando hablamos de vida después de la vida no estamos hablando de religión o de creencias, sino de investigaciones científicas. Antoine Lavoiser dijo «la energía ni se crea ni se destruye, solo se transforma» y lo mismo ocurriría con nosotros, ya que está demostrado que somos energía. Este es un asunto que a él personalmente le ha apasionado desde siempre, lo que le ha hecho leer e investigar todos los avances científicos sobre el tema.

Joaquín me comenta durante nuestra charla que puede haber muchos incidentes que no podamos ver o que no sean exactamente cien por cien medibles, pero, sin embargo, eso no quiere decir que esas cosas no existan: **«El amor no se ve, pero, sin embargo, si sabes observarlo, puedes ver cómo surge y puedes sentirlo. El amor no se ve pero es una de las cosas más reales que existen».**

Los humanos hemos tardado miles de años en inventar los microscopios, o sea hasta hace relativamente poco tiempo las

células eran invisibles para nosotros, pero aun así reales.

Meditando sobre este tema llego a conocer la historia del médico Ignaz Semmelweis. *Ojalá podamos aprender del pasado y ser conscientes de que nuestro conocimiento es limitado. No lo sabemos todo.*

El doctor Ignaz Semmelweis trabajaba en el Hospital General de Viena, donde la muerte acechaba las salas tan regularmente como en cualquier otro hospital de la época. Entre las personas con mayor riesgo estaban las mujeres embarazadas y sus bebés.

Lo primero que notó Semmelweis fue una discrepancia interesante entre las dos salas obstétricas del Hospital General de Viena, cuyas instalaciones eran idénticas. Una sala era atendida por estudiantes de medicina masculinos, mientras que la otra estaba bajo el cuidado de parteras.

La sala que era supervisada por los estudiantes de medicina tenía una tasa de mortalidad 3 veces más alta. Quienes se habían dado cuenta de ese desequilibrio antes lo habían atribuido a que los estudiantes varones eran más rudos en su trato con las pacientes que las comadronas. Creían que eso comprometía la vitalidad de las madres, haciéndolas más susceptibles a desarrollar fiebre puerperal.

Pero a Semmelweis no le convencía esa explicación. El doctor observó que muchos de los jóvenes iban directamente de hacer una autopsia a atender a las mujeres. La gran diferencia entre la sala de médicos y la de parteras era que los médicos realizaban autopsias y las parteras, no.

¿Sería esa la clave del misterio que atormentaba a Semmelweis?

*Tras concluir en que la fiebre puerperal era causada por «material infeccioso» de un cadáver, instaló una cuenca llena de solución de cal clorada en el hospital y comenzó a salvar vidas de mujeres con tres simples palabras: **«lávese las manos»** .*

Aquellos que pasaban de la sala de disección a las salas de parto tenían que usar la solución antiséptica antes de atender a pacientes vivos.

El resultado fue que la tasa de mortalidad en la sala de estudiantes de medicina se desplomó. En abril de 1847, la tasa era del 18,3 % . Inmediatamente después de un mes de haber instituido el lavado de manos, las tasas cayeron a poco más del 2 % en mayo.

Cuando el doctor Ignaz expuso su teoría sobre los gérmenes que los propios médicos llevaban en sus manos y causaban la muerte, no fue aceptada por sus colegas de profesión.

A fin de cuentas, decía que los propios médicos mataban a sus pacientes con organismos invisibles que llevaban en sus manos. (Una idea tan descabellada para esa época como lo es ahora decir que has hablado con un familiar difunto.)

No solo el lavado de manos fracasó, sino que Ignaz Semmelweis fue despedido, a lo que él reaccionó violentamente llamando asesinos a los médicos que no lavaban sus manos.

A día de hoy nos puede parecer increíble, pero Semmelweis acabó sus días encerrado en un manicomio con una camisa de fuerza. Antes de morir, con solo 47 años, escribió: «Cuando reviso el pasado, solo puedo disipar la tristeza que me invade imaginando ese futuro feliz en el que la infección será desterrada... La convicción de que ese momento tiene que llegar inevitablemente tarde o temprano alegrará mi hora de morir».

Joaquín me reafirma que somos un alma que sobrevive a la muerte, y me comenta que incluso está más o menos esquematizado el camino que hacemos desde la perspectiva científica. Así pues, la muerte no existe como tal, sino que solo es una separación temporal, una muerte física que no implica una muerte de la totalidad de lo que somos. Saber esto alivia mucho a la gente que está en duelo, que experimenta mucho miedo pensando qué ha sido de sus seres queridos, así que hay que explicarles esto desde la realidad de estas investigaciones, porque precisamente el conocer qué pasa alivia, porque no sucede lo que nos han inculcado, lo que tu mente te dice que va a pasar… **Esto cambia completamente el sentido de la muerte, porque es descubrir que no hay muerte o, por lo menos, no hay muerte tal y como la conocemos o nos la**

han enseñado.

Según Joaquín, en realidad es solamente un cambio de plano, otro plano que está alrededor nuestro ocupando este mismo espacio. Ese plano se llama «astral» y es el que pueden percibir algunas personas y también los animales [(2)] . No podemos ver este plano, pero está aquí y ahora, exactamente igual que las ondas wifi o las de un microondas que circulan de forma invisible por el mismo espacio que nosotros.

Las personas cuando fallecen van a este siguiente plano durante un periodo de tiempo. Mientras están en el plano astral nuestros seres queridos están aquí, junto a nosotros, viéndonos y escuchándonos. Además Joaquín me dice que continuamos siendo nosotros, con nuestra personalidad y físico, por lo menos en este siguiente plano.

Me explica Joaquín que entender esto da mucho sentido a las señales que algunas personas reciben de sus familiares fallecidos, porque es completamente lógico que ellos intenten comunicarse con nosotros, ya que descubren que no se han muerto. Están viendo a su familia sufrir y lo primero que intentan hacer, como nos pasaría a cualquiera, es mandar esos mensajes a los que más amamos diciéndoles: «¡eh, que estoy bien!». Saber que esto puede suceder nos hace estar más atentos a esa comunicación que nos va a consolar muchísimo, pero también va a suponer un alivio para los que se han ido ver que nos estamos dando cuenta de que están ahí.

Joaquín continúa:

—Como psicólogo especializado en duelo no entiendo el trabajo de duelo sin la parte espiritual. La persona debe entender que tiene un duelo físico y que es verdad que físicamente ha muerto su ser querido, pero que realmente, y en el sentido amplio de la palabra, no ha habido ninguna muerte como tal. Basarte en la creencia de que no vas a volver a ver a tu ser querido y que este ya no existe no solo te va a causar mucho dolor, sino que no es real. Sabemos que no es cierto y no estoy hablando de religión, sino de todo lo que se ha investigado y descubierto sobre supervivencia tras la muerte.

»Si bien tengo que vivir mi proceso de duelo y seguir mi vida sin ese ser que ya no está en este plano físico, pero sabiendo que no ha

dejado de existir y nos vamos a volver a encontrar. Al final hemos vivido estas despedidas muchas veces, ya te has separado muchas veces de tus seres queridos y está es solo una más. **Hay que vivir el duelo, pero entendiendo que muerte no hay.**

»No se pierde lo más mínimo del amor, de la conexión y del trabajo que se está haciendo en conjunto. No se pierde absolutamente nada, al revés. Cuanto más se evoluciona y se asciende al plano espiritual, más puro e incondicional es el amor de nuestros seres queridos fallecidos.

Joaquín nos habla de otra dimensión o plano llamado astral, que sería nuestra segunda casa una vez descarnamos *(según él es mucho más correcto etimológicamente hablando decir descarnar que morir)* . Este plano está tan cerca de nosotros que diferentes investigaciones sugieren que lo visitamos cuando dormimos. Además nos comenta que varios estudios confirman la capacidad de los animales de percibir de algún modo esta otra realidad.

Esto me deja pensando en la cantidad de veces que mi gata o mis perros se han quedado mirando fijamente un punto, llegando incluso a interactuar ladrando a la nada. También viene a mi mente una VSCD que S compartió conmigo y en la que no solo ella tuvo el contacto con su madre difunta, sino que la perrita de esta última también vivió la comunicación; puede ser que, tal y como apuntan los investigadores, los animales tengan más facilidad para percibir el plano astral. S estaba realizando el acompañamiento por uno de sus gatos cuando en una sesión me contó algo que había vivido tras la pérdida de su madre:

Hacía poco tiempo que había fallecido mi madre. Tras su muerte, Chispa, la perrita, había venido a vivir a casa con nosotros, ya que mi padre también había fallecido, y ella había sido la compañera de mi madre los últimos años, estaban muy unidas. Yo estaba en casa tranquila, lavando los platos, sin pensar en nada, cuando de repente oí a Chispa ladrando como loca en el salón.

Me extrañó que ladrara de aquella manera, pues era una perrita muy tranquila. Fui al salón a ver qué es lo que pasaba y… no sé cómo

explicarlo (se emociona y llora).

Ahí estaba mi madre, en medio del salón. Era como si estuviera viva, pero a la vez era diferente, como si fuera de otra cosa, de otra materia, no sé explicarlo mejor. Parecía como transparente, pero yo podía ver sin lugar a dudas que era mi madre. Simplemente nos miraba y sonreía, una sonrisa de felicidad plena. Creo que nunca he visto a nadie que desprendiera esa felicidad.

Me quedé completamente paralizada, no fui capaz de hacer nada.

Chispa ladraba sin parar, estaba contenta porque movía el rabo; quería acercarse a ella pero al mismo tiempo
tenía miedo.

En una milésima de segundo desapareció, se esfumó. No sé muy bien ni cómo, simplemente dejó de estar ahí.

Sinceramente sé que no estoy loca por la reacción de Chispa, porque ella la estaba viendo al igual que yo. Si no fuera por ella habría pensado que estaba loca.

Muchas veces recuerdo esos momentos y me arrepiento de no haber hecho nada. No fui hacia ella, no le hablé…, no hice nada. Esto me da pena, creo que el asombro me bloqueó. Si volviera atrás me gustaría reaccionar diferente y decirle cuánto la amo.

En ocasiones pienso que vino a comprobar que habíamos traído a Chispa a casa, ya que ella tenía miedo de que acabara en la protectora tras su fallecimiento.

En varios de los libros que he leído en mi trabajo de investigación se hace referencia a los animales con los que convivimos. La sensibilidad de los animales domésticos a los fenómenos paranormales ha sido objeto de numerosos estudios, entre ellos los de Rupert Sheldrake, el famoso biólogo inglés, autor del concepto «resonancia mórfica» *(principio de memoria en la naturaleza que explica que todo lo similar dentro de un sistema autoorganizado será*

influido por todo lo que ha sucedido en el pasado y todo lo que suceda en el futuro) . En una de sus obras, titulada *De perros que saben que sus amos están camino de casa: y otras facultades inexplicadas de los animales* [(3)] , explora la existencia de un vínculo invisible entre los seres humanos, los animales y el entorno, y comenta las capacidades psíquicas de los animales. Se ha estudiado ampliamente que, en casos de contactos con los difuntos, los animales parecen ser los primeros en detectar las presencias de los descarnados, tienen reacciones inusuales que gestionan de diferentes formas con miedo, alegría o sorpresa.

En el libro *Saludos desde el cielo,* de los investigadores Bill Guggenheim y Judy Guggenheim, nombrados anteriormente, aparece un testimonio sorprendentemente parecido a lo que ha vivido S. Es la experiencia de una mujer que reside en Washington; vivió este hecho un año después de la muerte de su hermano Rudy, de 47 años:

Estaba limpiando la cocina. De repente, nuestro gato salió como una flecha del salón y entró en la cocina. Tenía el pelo erizado y bufaba. Debido a que corría muy deprisa sobre el suelo de linóleo, aterrizó, por así decirlo, resbalando. ¡Al mismo tiempo, nuestro perrito salió marcha atrás del salón, ladrando y gruñendo, con el pelo erizado!

Fui a ver lo que ocurría ¡y vi a mi hermano sentado en la butaca mecedora! Me sonreía. ¡Estaba encantada de verlo! Lo veía sentado allí, vestido con unos vaqueros y una camisa roja a cuadros, como había hecho innumerables veces en el pasado. Yo me sentía perfectamente tranquila, segura de que Rudy estaba bien.

Después, se disipó en el aire ante mis ojos. Siempre fui una escéptica inveterada, hasta el día en que viví aquella experiencia. Nunca hubiera creído que algo así pudiera suceder. De no ser por la reacción de los animales, sin duda habría pensado que era víctima de una alucinación.

Entrevista a María Esther Leal

María Esther Leal es psicóloga especializada en terapia de pareja y autora del libro *El cielo es real: la vida continúa.*

Cuando hablo con María Esther y conozco su historia no puedo sino quedarme absolutamente perpleja. Ella me comenta que, siendo una persona de ciencia, sin ningún interés por el tema espiritual ha vivido una experiencia cuanto menos reveladora.

Ella como psicóloga que ejerce su trabajo, entre muchos otros temas tiene a algunas personas en consulta transitando sus duelos y (aquí viene lo increíble de la historia de María Esther) un día, en plena consulta con una de sus pacientes cuyo prometido había muerto poco tiempo antes de la boda, María Esther percibe un «mensaje» del fallecido para que se lo traslade a su novia. Además, se trata de un mensaje podríamos decir «en clave» que carece completamente de sentido para ella, sin embargo, tiene una gran carga emocional para la paciente, que reconoce inmediatamente las palabras de su novio.

A raíz de este incidente, María Esther empieza a recibir ciertos mensajes cuando acompaña a personas en duelo en su consulta. Mensajes a los que ella misma se resiste al principio, ya que su cerebro científico le impide creer que sean reales. Me afirma que tenía un techo que no la dejaba ver más allá, pero que, poco a poco, estas comunicaciones van confirmándose como ciertas, lo que hace que al final ceda y simplemente acepte convertirse en ese medio canalizador por el que sus clientes pueden comunicarse con sus seres fallecidos.

María Esther ayuda así a cerrar muchas heridas que continúan abiertas tras la muerte, heridas de perdón, de cosas que han quedado sin expresarse, mensajes de agradecimiento que hacen que sus pacientes puedan, de este modo, descargarse de un peso en su duelo que si no habrían arrastrado durante años. Saberse perdonado, o ser capaz de dar el perdón , es una de las liberaciones más importantes para el ser humano, sobre todo si esa necesidad no se ha podido satisfacer en la vida física.

Me sorprende que María Esther me habla de un «cielo», de otra

dimensión a la que vamos cuando fallecemos, me dice que en esta dimensión conservamos nuestras características, nuestra personalidad. Quien es bromista continúa siéndolo, quien es serio sigue siendo igual. Solo perdemos el ego, pero no la esencia de lo que somos. No hay una verdadera interrupción en el plan de tu alma, solo hay una interrupción en el plano físico.

Esto coincide ampliamente con lo expuesto por Joaquín desde un punto de vista más científico: seguimos siendo nosotros de aspecto y mentalmente.

María Esther me comenta que cuando va a realizar sus sesiones como canalizadora advierte a las personas que lleguen a su consulta con la sensación de ir a una fiesta, a un reencuentro. Cuanto mejor se encuentre la persona anímicamente más fácil es la comunicación.

Me explica que esto es debido a la diferencia de vibración que se da entre los que estamos en el plano físico y los descarnados. Tal como afirman numerosos estudios e investigadores, somos energía, la energía ni se crea ni se destruye solo se transforma, eso es lo que sucede al morir. Esa transformación hace que los que se han ido tengan una vibración mucho más alta que la nuestra; además, si una persona está triste, estresada o enfadada su vibración va a bajar aún más, lo que dificulta la comunicación. Cuanto mayor sea nuestra vibración más fácilmente podemos captar esas señales o visitas.

Algo que me sorprende muchísimo de mi conversación con María Esther es que precisamente refuerza lo que yo misma he visto con mis propios ojos durante mis acompañamientos: las señales suelen llegar cuando la persona ya está en el camino de la aceptación de su duelo o, lo que es lo mismo, no llegan cuando la persona está en el punto de máximo dolor o tristeza. *(Si vuelves a la introducción verás que es una de las primeras preguntas que me planteo.)*

Esto no quiere decir que todas las señales lleguen en ese momento, pero muchas de ellas sí. De hecho, ella dice que ha registrado un 89 % de pacientes que reciben señales cuando están ya saliendo del laberinto del duelo y empiezan a encontrarse mejor emocionalmente contra un 11 % que reciben las señales al principio de su duelo, cuando están en plena tristeza.

La explicación de María Esther es que las señales que los seres fallecidos mandan no suelen recibirse cuando hay una gran diferencia de vibración entre emisor y receptor:

—Laura, es como si habláramos a través de un *walkie-talkie* , no podríamos comunicarnos si tú estuvieras en el canal 1 y yo en el 3, ya que la frecuencia del mensaje sería diferente. Debemos estar las dos en el mismo canal para que tú puedas oírme y al revés. Si tú quieres oír un canal de radio que está en el 91.0 tienes que sintonizar tu radio en esa frecuencia. Sin embargo, las ondas de esa frecuencia siempre están flotando en el ambiente, solo que sin esa correcta sintonización no la podemos oír.

»Por eso, para que las personas sean más receptivas a esas comunicaciones deben tener una vibración alta, más parecida a la vibración que tienen los seres trascendidos. Cuando tenemos una vibración alta es cuando estamos felices, ilusionados, esperanzados, agradecidos…. esto obviamente no se da cuando estamos en pleno duelo. Cuando estamos enfrentándonos al puro dolor tenemos una vibración baja y es muy difícil poder recibir esos mensajes que nos mandan nuestros seres queridos de vibración alta. Esto no significa que ellos no nos manden señales, solo que no podemos percibirlas y entonces, generalmente, no es posible establecer esa comunicación.

No puedo evitarlo y tengo que preguntarle a María Esther qué es lo que más le ha aportado este conocimiento de saber en carne propia que hay vida después de la vida y que cuando morimos nuestra alma simplemente pasa a otro lugar que ella llama «cielo».

Es completamente rotunda y me dice que solo hay una palabra para definir todo lo que este aprendizaje y conocimiento le ha aportado, y esa palabra es: **«paz».**

¿Te interesa saber más sobre este tema?

Te recomiendo los libros:

Cámara Marín, Joaquín (2018). *Una vida infinita. Descubre en profundidad el revelador viaje del alma tras la muerte* . Amazon Publishing (autopublicación).

Elsaesser, Evelyn (2018). *Cuando los difuntos nos visitan.* Ediciones Urano (Sello Kepler).

Guggenheim, Bill, y Guggenheim, Judy (2009). *Saludos desde el cielo. Una investigación sobre los contactos después de la muerte que confirma que la vida y el amor son eternos.* Editorial Océano-Ámbar.

Leal, María Esther (2021). *El cielo es real: la vida continúa. Relatos de comunicaciones con seres fallecidos.* Amazon Kindle.

Martín Caraballo, Raquel (2021). *No estamos muertos. Las 10 señales del otro lado que me revelaron que la muerte no existe.* Autopublicación.

Sheldrake, Rupert (2007). *De perros que saben que sus amos están camino a casa: y otras facultades inexplicables de los animales.* Ediciones Paidós.

La vida después de la vida en animales

Como comenté en el capítulo anterior, me encuentro abriendo camino en la vida después de la vida de los animales. Hay poquísimas investigaciones científicas al respecto en todos los sentidos, en comparación con la amplia gama que encontramos si hablamos de vida tras la muerte en seres humanos.

Tanto en regresiones, experiencias cercanas a la muerte, experiencias de muerte inminente, reencarnación…, todos los investigadores han podido hablar y estudiar a las personas que han vivido estas experiencias, pero… ¿quién le ha preguntado a un perro que ha tenido un infarto y ha vuelto a la vida si había visto algo?

Además, volvemos a enfrentarnos a la mentalidad más retrógrada de siglos anteriores que afirmaba que solo los humanos poseíamos alma, ya que somos los únicos hechos a imagen y semejanza de Dios y el resto de animales existirían solo para complacernos. Muchos filósofos y pensadores de tiempos pasados se sumaban a este sentir, de considerar a los animales meras máquinas carentes de experimentar amor, placer o dolor.

En el siglo xvi, se comenzaba a diseccionar a animales vivos (vivisección) y, a pesar de ver sus reacciones de dolor, una gran parte de la sociedad seguía asumiendo que eran «espasmos», dado que no se les consideraba capaces de sentir. *(Aunque pueda parecer algo ridículo hago un inciso para recordar que a día de hoy hay quien sigue pensando y afirmando esta falacia, entre ellos el* lobby *taurino, que asegura que el toro no sufre en el ruedo durante las corridas de toros debido a la adrenalina que, según ellos, les impide sentir dolor.)*

La idea que se tenía sobre los animales dio un giro con la publicación en 1859 de *El origen de las especies* , de Charles Darwin. Y todavía más cuando publicó *El origen del hombre,* en 1871. La sociedad de la época no tuvo más remedio que aceptar que los seres humanos no éramos una creación *premium* , ni seres especiales, sino que no somos otra cosa que animales.

Hoy en día, nuestra sociedad se encuentra viviendo un punto de inflexión, un cambio de paradigma donde, si bien es verdad que aún se comete mucho maltrato hacia los animales, también es cierto que se está avanzando más en esta materia en los últimos años que en los miles anteriores. Cada vez más, la sociedad comienza a empatizar con nuestros compañeros de planeta, hay millones de personas en el mundo que aman a los animales sin distinción, dando lugar a lo que hoy conocemos como «familias interespecie», donde el peludo ya no es la mascota, sino un miembro más, con toda la dimensión afectiva y emocional que eso significa.

A los que hemos compartido nuestra vida con un animal no nos cabe ninguna duda de que tienen un alma encerrada en sus pequeños cuerpos y que esa alma brilla cuando eres capaz de mirar a ese ser a los ojos y ver lo que hay más allá de su apariencia.

No puedo dejar escapar la oportunidad de preguntar por los animales a los dos expertos que he entrevistado por la posvida en humanos.

Decido hacerles «la pregunta del millón», que ha tenido muchas controversias a lo largo de la historia y sobre la que, sin embargo, los que amamos a nuestros animales no tenemos duda ninguna. Aun así, la considero una pregunta obligada: ¿Los animales tienen alma?

Joaquín Cámara nos responde con un contundente SÍ:

—Sí. Todo lo que existe aquí tiene alma, ya que lo que somos es una proyección de planos superiores, todos disponemos de esa porción divina que podemos llamar alma. Todos venimos del mismo sitio. Aunque los estudios más clásicos y antiguos han tratado a los animales como almas diferentes, de menor evolución, lo cierto es que han sido mucho menos investigados que las almas humanas. Si me permites que te hable desde mi experiencia, lo que yo he visto con mis pacientes es que ellos han podido conectar con sus animales de igual a igual, con un grado de evolución e inteligencia similar.

»Cuando los animales y las personas permanecemos en el plano astral seguimos siendo «muy nosotros». Las señales que mandará un animal serán de unas patitas corriendo por el pasillo o de un jadeo cerca del oído cuando dormimos. Algo que muchos de mis pacientes han experimentado al igual que tus dolientes con las señales. Sin embargo, al avanzar en los distintos planos se pierde la forma y somos simplemente almas, entonces es cuando un animal puede mandar un mensaje comunicándose directamente con su familia, o sea hablando. Esto a mi entender significa que **no hay diferencia evolutiva entre humanos y animales** , o por lo menos yo no la he visto.

»Al contrario, creo que los animales son seres especialmente generosos que vienen a enseñarnos a experimentar una serie de emociones, como puede ser el amor incondicional, que de otra forma nosotros no vamos a experimentar, ya que este tipo de amor es muy raro entre humanos. Así que no es que sean seres de segunda, sino que **son especialmente puros y generosos,** por eso vienen con muy poco ego a diferencia de los humanos. Y cabe destacar que cuando se van lo hacen sin expectativas, una vez más, muy diferentes a como lo hacemos nosotros. Por eso, en los contactos que vienen de animales descarnados no hay reproches, no hay culpa, no hay frustración. Vienen, realizan su misión de vida y se van cuando es el momento. **En el momento de partir no hay ningún juicio por su parte ni hacia nosotros ni hacia sus circunstancias.** No hay ningún juicio hacia nosotros porque entienden que todo lo que ocurre es para un aprendizaje. En las comunicaciones entre animal y humano siempre se da en un marco

de muchísimo amor.

»Los animales ayudan mucho a las personas que los rodean, enseñándoles o acercándoles a ciertas experiencias y, una vez trascendidos, lo que ellos quieren es que tú sigas su legado, o sea **que sigas trabajando lo que él te enseñó** .

Joaquín también nos comenta que el alma de los animales haría el mismo viaje que la nuestra, al final todos somos lo mismo. Primero irían al plano astral, que se supone un sitio de limpieza en el que pasamos un tiempo; sin embargo, este sería más corto para los animales, ya que son seres más puros que los humanos, con menos ego y con menos apego, por lo que harían un paso mucho más rápido por este plano y avanzarían al siguiente, al mundo espiritual.

María Esther Leal también me contesta a esta pregunta con un SÍ y añade:

—En algunas de mis canalizaciones he visto animales que venían a comunicar con los que eran sus familiares aquí, en la tierra. Generalmente eran perros y gatos, pero no porque el alma sea exclusiva de estas dos especies, sino porque son los que más unidos han estado con las personas con las que he trabajado.

»Te hago hincapié en que en el otro lado hay toda clase de animales, he podido entrever alguna cosa de lo que nos espera en el más allá.

»En el cielo he podido ver que los animales y los niños muy pequeños están muy relacionados entre ellos, como si fueran almas más puras que tienden a juntarse. (*Coincide con Joaquín también en designarlas como almas más puras.)*

»El mensaje que los animales transmiten a sus familias aquí, en la tierra, es un mensaje de mucho agradecimiento y amor. A diferencia de la comunicación entre humanos, donde, como hemos visto antes, hay mucha necesidad de perdón, aquí no se da ninguna, por lo menos por la parte del animal. Tanto animales como niños pequeños perdonan instantáneamente cualquier error que hayamos podido cometer, por eso son seres sin rencor que en cuanto tienen la posibilidad de mandar un mensaje a sus familiares en la tierra su

palabra principal es: **«gracias».**

Los dos entrevistados parecen coincidir ampliamente en muchos de los puntos que tratan. Al ver este consenso por su parte decidí indagar más sobre este tema y me comprometí a buscar personas que pudieran darme una visión más profunda e información desde un sentir más animal, por lo que decidí entrevistar a tres expertas en este campo. Después de hablar con dos psicólogos vamos a ahondar en este tema de una forma más espiritual entrevistando a tres comunicadoras animales. ¿Será igual con mis entrevistadas en el tema de la vida después de la vida animal?

La comunicación animal es la capacidad de transmisión de información de un animal a otro o, en este caso, entre animal y persona. Cuando hablamos de este tipo de comunicación entre persona-animal sería lo que solemos conocer por telepatía.

La telepatía es la transmisión de información o pensamiento de un ser a otro sin utilizar ningún canal sensorial conocido ni interacción física. ¿Alguna vez has estado tarareando una canción mentalmente y de repente empieza a cantarla el que está a tu lado? ¿O te ha venido una imagen sin mucho sentido a la mente y la persona con la que estás la menciona? ¿Te has despertado pensando en alguien a quien no ves hace mucho tiempo y esa misma mañana recibes una llamada suya? Todas estas experiencias formarían esa transmisión de información. Conozcamos la historia de E:

Recuerdo perfectamente cómo la telepatía empezó a entrar poco a poco en mi vida. Al principio creo que ni me di cuenta, ya que todo parecían simples anécdotas o coincidencias. Un día pasó algo que empezó a llamar mi atención o quizás simplemente fue cuando fui verdaderamente consciente de estos hechos que se repetían en mi día a día.

Era verano, estaba de vacaciones con mi marido y mis hijos en un hotel donde cada noche hacían espectáculos. Esa noche en particular era uno de magia. El mago sacó a 3 niños al escenario y les dijo que cada uno debía hacer un dibujo en un folio y que luego él adivinaría de quién era cada dibujo. Se dio la vuelta y empezó a hablar cuando, de repente, me

vino a la mente una imagen, era el emoticono de la aplicación de WhatsApp que es una caca (risas). Hasta yo misma me sorprendí, no sé por qué apareció esa imagen en mi mente, además sentía algo muy extraño… como si no fuera un pensamiento mío sino algo puesto en mi mente desde el exterior… no sé cómo explicarlo mejor. Mi hijo mayor sonreía y con toda su inocencia dijo: «¿Os imagináis que dibujaran una caca como la del WhatsApp?».

Por supuesto no dije nada, pero me quedé muy sorprendida, con la boca abierta. ¿Qué probabilidades había de que hubiéramos pensado los dos lo mismo? Estaba convencida de que había percibido de alguna forma el pensamiento de mi hijo, pero por otra parte dudaba de que fuera real.

Al poco tiempo de volver de las vacaciones estaba en casa doblando la ropa cuando volvió a ocurrir. Esta vez, mientras me concentraba en otra cosa, sentí de nuevo ese pensamiento intrusivo, que venía del exterior y que decía: «AGUA». Así, sin más…. Me giré y vi como mi perro me miraba fijamente. Fui a donde estaba su bebedero, que por algún descuido estaba vacío, y, en efecto, él no me quitó el ojo de encima. Tenía sed.

Entrevista a Luz Animal

Para profundizar sobre este tema recurro a Luz Armillas, más conocida como Luz Animal. Ella se define a sí misma como *chamana* , lo que se resume en que está «conectada a todo»:

—La palabra «chamana» al principio no me resonaba nada, de hecho rechazaba un poco esta figura, pues consideraba que estaba por encima de los demás, pero poco a poco, cuando me fui reencontrando con quien soy ahora y quien he sido antes, comencé a entender lo que significaba. He aprendido a conectar con el corazón con esta figura que simplemente está al servicio, al lado de los demás, para ayudarles a re-conectar con ellos mismos.

Luz asegura que comunica con animales, con seres trascendidos, con guías, con la información del alma…, como ella misma dice, «una conexión y comunicación con todo lo que nos rodea, en este

plano y otros». Además Luz afirma que esto no es un don o una capacidad de unos pocos elegidos, sino que todos podemos hacerlo, solo necesitamos recordar cómo, ya que es una información que llevamos dentro, en nuestra alma.

En la entrevista Luz me comenta cómo ha ido llegando paso a paso a todo esto; por supuesto no empezó este camino de la noche a la mañana, sino que ella misma dice estar en evolución y aprendizaje constante. Se interesó por el área de la salud, lo que la llevó a trabajar como quiromasajista durante años. Entonces, las ganas de ayudar a los demás y una sesión de registros akáshicos hicieron que se sintiera atraída por la parte espiritual y energética. Empezó a formarse y ese fue el principio de una conexión con ella misma que después se extendió a todo lo demás. Me asombra conocer todas las facetas que domina, pero sobre todo presto especial atención a su implicación con la muerte. Dice Luz:

—Siempre he sentido cierta curiosidad por la muerte y me he visto atraída por ella: Desde pequeña sentía una visión hacia ella que contrastaba con esa que tiene la sociedad, como si muerte fuera sinónimo de oscuridad, tristeza y esqueletos que andan con una guadaña en la mano. Cuando tenía 15 años perdí a mi padre de forma repentina. En ese primer contacto directo con la muerte me di cuenta de que yo sentía más cosas, sentía que mi padre no había desaparecido, que había una continuidad en él. Siento la muerte como un cambio de estado, eso es lo que significa para mí, y eso es lo que todos los seres con los que comunico me han compartido a través de mensajes que nunca se contradicen unos de otros, sino que se complementan hasta darme una visión global, que es la que tengo a día de hoy.

Sigue comentando Luz:

—Los seres que dejan la parte física siguen aquí e intentan contactar con nosotros. La existencia no es lineal, con principio y fin, sino que es un ciclo, una rueda infinita. **Antes del nacimiento ya éramos y después de la muerte seguimos siendo.** Le ponemos tanta carga a la muerte porque creemos que es un punto y final, cuando solo es un punto y aparte.

Hablo con Luz sobre si ella ha visto diferencia en cómo viven la

muerte los animales y cómo la vivimos los humanos. Me cuenta que los animales la viven con más calma y serenidad que nosotros, es un proceso que no provoca rechazo en ellos. Además, me comenta que, cuando los animales están cercanos a la muerte, empiezan a ver ese «otro lado» y a los que allí los están esperando, por lo que los animales nunca mueren solos, aunque su familia humana no esté en ese momento a su lado, siempre vienen seres trascendidos a recogerlos. *(Esto sería una EMI, experiencia de muerte inminente, igual que la documentada en humanos, esas personas que cuando están cercanas a su hora de trascender comienzan a recibir visitas de seres o familiares fallecidos y a vislumbrar el otro lado, o sea los animales también vivirían esta experiencia tan testimoniada en los moribundos humanos.)*

Me sigue explicando Luz:

—En muchas ocasiones, cuando el animal ha fallecido con gran sufrimiento, los responsables se quedan anclados a ese hecho traumático y es lo primero que le preguntan al animal cuando hacen una comunicación con ellos a través de mí. Ellos en cambio contestan que ni siquiera recuerdan cómo han descarnado, no le dan importancia a cómo han sido sus últimos momentos, incluso algunos dicen que mientras su cuerpo estaba sufriendo su alma ya había comenzado el viaje, por lo que no sintieron ese dolor.

Luz me cuenta que ha comunicado con animales que ya no están aquí físicamente, reafirmando así que los animales tienen un alma al igual que los humanos. ¿Qué es lo que le suelen decir en estas comunicaciones? ¿Serán mensajes parecidos a las VSCD (vivencias subjetivas de contacto con un difunto) de los humanos estudiadas por Evelyn Elsaesser?

La respuesta de Luz es muy clara:

—Los animales mandan mensajes a sus familias para recordarles qué es lo que habían aprendido junto a ellos e incluso darles consejos *(coincide con las palabras de Joaquín Cámara)*. Las almas de animales y humanos avanzan juntas. Evolucionamos en grupos; es muy importante entender que la individualidad no existe, todos estamos aquí para descubrir y crecer. Ellos nos ven como niños que estamos aprendiendo, por eso nunca hay culpa ni reproches, solo

amor, compasión y comprensión hacia nosotros.

»También se repiten mucho los mensajes que quieren transmitir serenidad a sus familias y pedirles que no se culpen o que no se queden anclados a hechos tristes, como por ejemplo la forma en la que ha fallecido el animal. Generalmente son mensajes cargados de amor, esperanza y también humor.

»Un mensaje que subrayaría, ya que es el que más me han repetido los animales es: « **Yo lo único que me llevo de aquí, de mi vida física, es AMOR.** Cada cosa que has hecho por mí o conmigo con amor es lo que me he llevado. Punto. No hay nada más que me pese».

Entrevista a Patricia Perreau

Patricia es comunicadora animal, terapeuta holística y escritora. Precisamente ella ha llegado a este punto de su vida gracias a las señales y a los animales, así que creo que entiende mi motivación para escribir este libro como nadie:

—Cuando tenía sobre los 30 años llegó la gota que colmó el vaso, no estaba 100 % en sintonía con mi vida, no me sentía plena, antes de eso obviamente hay un vaso que se va llenando poco a poco. A esa edad se puede decir que dejé todo para cambiar de vida y dedicarme a esto, aunque al final no es que dejara gran cosa, lo que dejé fue un trabajo y una forma de ver la vida que ya no me representaba, así que realmente no estaba dejando nada, sino que estaba aprendiendo a ser yo misma, quien soy en este momento. Se cruzaron varios animales en mi vida que me iban dando pistas de cuál era el camino correcto, pero más de forma inconsciente. Cuando empecé un trabajo de crecimiento personal el universo empezó a mover sus hilos mandándome señales cada vez más claras.

Patricia tiene una especial debilidad por los perritos ancianos, a los que acoge y adopta a pesar de su avanzada edad. Cuidar a muchos de ellos en sus últimos momentos, la llevó a experimentar esa curiosidad y esas ganas de trascender el miedo a la muerte. Este camino la guió hasta terminar haciendo un curso sobre

comunicación animal, que fue el que abrió su «canal». Esto propicio que los mensajes y las señales se amplificaran y llegarán de golpe a la vida de Patricia, señales que ella piensa que antes ella misma bloqueaba o pasaba por alto al vivir con el piloto automático puesto. Según Patricia:

— Esos mensajes siempre están ahí; de la vida, del universo, de los animales y de todo lo que nos rodea. Es una consciencia universal que nos habla si sabemos escuchar.

Como no puede ser de otro modo, le pregunto a Patricia por su experiencia profesional con los animales que están en proceso de enfermedad y vejez:

—Los animales viven la muerte con una sabiduría diferente a los humanos, básicamente porque los animales no se identifican tanto con su cuerpo como nosotros, ellos saben que son algo más. Los humanos no solo nos identificamos con nuestro cuerpo físico, sino incluso con nuestros pensamientos o nuestras emociones, todo esto son cosas transitorias, nosotros somos mucho más en esencia y los animales lo saben. Creo que los últimos momentos tienen mucho aprendizaje para la familia o responsables del animal.

Patricia me comenta que, desde una perspectiva profesional, ella siempre busca que ese proceso de transición sea lo más armónico posible entre el humano y el animal, para ella es importante que haya sintonía:

—Si el animal me comunica que quiere una eutanasia compasiva y la persona no se siente preparada, yo siempre le recomiendo que espere un poco. Los animales son muy compresivos, ellos nunca nos juzgan. Es fundamental que la persona esté preparada y abra su corazón a lo que va a ocurrir para que haya armonía. Incluso si no se da este acuerdo, los animales lo viven siempre desde la compasión hacia nosotros, nunca desde los reproches.

Patricia: «¿Crees que los animales tienen alma y que nos reencontraremos una vez descarnados?».

—Todos somos almas en evolución, el cuerpo al final es solo un vehículo. En comunicaciones con animales trascendidos, estos les

han dicho a su familia que están con X familiar humano que también ha trascendido. Creo que los animales lo expresan para que sus familias estén tranquilas, ya que no están solos, y también yo siento que esos humanos trascendidos aprovechan de forma indirecta la oportunidad para hacer ver que están bien y que su alma o consciencia continúa después del fallecimiento del cuerpo. De esta forma, yo puedo ver que esos seres, tanto animal como humano, son almas que se reencuentran independientemente de la forma física que hayan tenido aquí en la tierra. **Igual que nosotros los hemos querido mucho, ellos a nosotros también, así que para ellos es muy importante que estemos bien** .

»Me cuesta mucho poner en palabras lo que siento cuando comunico con un animal trascendido, sobre todo es un sentimiento de paz inmenso. **Esa paz es sanadora, habrá dolor del duelo, pero cuando sientes eso no te quedan dudas de que ellos están bien** . Yo animaría a todas las personas a abrirse a ver la maestría que los animales nos muestran en sus procesos de vejez, enfermedad y muerte. Verlo todo con otros ojos, de forma más abierta, con menos peso cultural y social. Más conectados desde el alma, sin juicios, sin expectativas. Siendo más animales y menos humanos.

Entrevista a Olga Porqueras

Olga Porqueras es una de las terapeutas más importantes en el mundo de habla hispana en multitud de temas relacionados con los animales. Pionera en el uso de esencias florales en nuestros amigos de cuatro patas y en comunicación entre especies, también es formadora de doulas del alma animal, única formación que te enseña a acompañar a un animal en proceso de muerte y a su familia.

Como terapeuta, Olga acompañó durante años a enfermos de cáncer en fases finales de la enfermedad, lo que le dio una visión privilegiada, un asiento en primera fila en el que aprender de sus pacientes sobre la muerte desde un punto de vista vivencial. Los años, las circunstancias y, sobre todo un perro muy especial, la llevaron a hacer ese cambio de prisma y dedicarse al mundo animal

en lugar de al humano.

Como doula del alma y comunicadora animal Olga ha tenido una posición muy interesante en la que ha podido ver cómo los animales y sus familias vivían y enfocaban el final de la vida del miembro peludo de la casa. Esto es lo que nos cuenta:

—Una de las diferencias básicas entre cómo viven la muerte los humanos y los animales es que estos últimos ven la muerte como un proceso natural, algo ligado a la vida, mientras que un gran número de humanos hemos distorsionado esta visión hasta considerar la muerte un castigo. Esto es debido a una carga cultural y social, y también a que nosotros agregamos sufrimiento a esta ecuación, un sentir esencialmente nuestro. Todos tenemos dolor, tanto dolor físico como emocional, a veces incluso puede doler el alma; sin embargo, nosotros añadimos el sufrimiento, que es básicamente la actitud que tenemos en la vida sobre los hechos que nos ocurren. **Es peor la actitud que tenemos hacia la muerte que la muerte en sí** . Por eso hay que bajar el concepto de muerte al corazón, ya que el que tenemos en la mente no se corresponde con la realidad. Hay que cambiar ese chip, **porque plantearse la muerte lo que hace es acercarnos a la vida.**

»Acompañar a personas o animales en sus últimos momentos es una gran responsabilidad, pero también es un gran aprendizaje. La vida entera trata de eso, de aprender y de esos momentos sagrados podemos extraer una enseñanza impresionante.

»Muchas de las personas que quieren comunicar con sus animales fallecidos lo hacen porque están preocupadas, tienen la imagen de su peludo tal y como era en el mundo físico, imaginan a su pequeñín solo y asustado en el cielo, en otra dimensión o en un mundo nuevo y desconocido y se preguntan… ¿qué va a hacer mi niño sin mí? Pero la realidad es que ese perrito, gatito o el animal que sea se ha quedado aquí, en la tierra. El cuerpo físico se ha muerto y lo que está en el otro lado es un alma, que tiene una experiencia y una pureza brutales. Nosotros a su lado somos párvulos, ellos deberían ser los que se preguntaran qué vamos a hacer nosotros sin ellos, pues somos los verdaderos indefensos y no ellos, que tienen mucha más consciencia de lo que en realidad son que nosotros. Así que los animales no nos necesitan, el amor no es

el apEGO.

Le pregunto a Olga si hay algún mensaje que le gustaría transmitir y me dice lo siguiente:

—Si alguien está leyendo mis palabras después de haber perdido a su compañero animal, le diría que **la vida no se acaba aquí simplemente porque la vida no se acaba, no hay un fin** . Por supuesto vamos a echar de menos a nuestros amados peludos y no hay nada de malo en llorar, pasar un duelo doloroso y soltar todas nuestras lágrimas, debemos permitirnos ese periodo y rodearnos de personas y profesionales que nos sepan acompañar. Está demostrado que el duelo por un animal puede ser tan duro como el duelo entre humanos, pero aun con este dolor debemos dejarlos partir.

Olga tiene la gran generosidad de hacernos un último regalo, compartiendo uno de los ejercicios que enseña en su curso de doula del alma animal. Es un ejercicio para prepararnos para la muerte de nuestro peludo o despedirnos si ya ha partido.

PROTOCOLO RITUAL DE DESPEDIDA

Cerramos los ojos, respiramos hondo y visualizamos a nuestro animal delante de nosotros. Imaginamos que extendemos un hilo, rayo o luz de color rosa que va de nuestro corazón directamente al suyo. Ese cordón no es para atar, es para conectar. Una vez imaginamos la escena, repetimos:

«Gracias por lo que hemos compartido, gracias por… *(aquí podemos nombrar todo lo que sintamos, nuestras anécdotas o lo que nos salga del corazón)»*

«Te pido disculpas por… *(aquí nos disculpamos por lo que nosotros creemos que debemos hacerlo).»*

Por último: «Te doy la libertad para que te vayas cuando creas que es tu momento».

Gracias , **disculpas** y **hasta pronto** . Tres puntos que pueden

ayudar enormemente tanto al que se queda como para al que se va.

¿Te interesa saber más sobre este tema?

Te recomiendo los libros y cursos:

Pedrero, Miguel, y Fernández, Carlos G. (2015). *Nos vemos en el cielo. Manifestaciones después de la vida de nuestras mascotas.* Editorial La Esfera de los Libros.

Perreau de Pinninck, Patricia (2022). *Si pudieras hablar. Cómo escuchar a nuestros animales y sanar a través de nuestra conexión.* Editorial Vergara.

Cursos de comunicación esencial con Luz Armillas:
www.luz-animal.com

Curso doula del alma animal con Olga Porqueras:
www.douladelalma.com

El alma de los animales

La palabra «alma» viene del latín *anima,* que se puede traducir por «soplo vital» o «respiración».

Tomo al azar un diccionario y observó varias definiciones sobre lo que significa la palabra «alma», entre ellas:

1. «Entidad abstracta tradicionalmente considerada la parte inmaterial que, junto con el cuerpo o parte material, constituye el ser humano; se le atribuye la capacidad de sentir y pensar».
2. «En determinadas creencias, parte espiritual e inmortal del ser humano separada del cuerpo tras la muerte de la persona».

Si prestamos atención a estas definiciones, entendemos que todo aquello dotado del soplo vital tiene ánima, o sea alma, aunque podemos ver como siempre se hace referencia al ser humano y no simplemente al ser.

Si pensamos en este pequeño planeta como una empresa, rápidamente nos daremos cuenta de que la realidad es que los animales son mucho más beneficiosos para la vida en la tierra que

nosotros. Los animales tienen funciones muy importantes, tanto para los ecosistemas como para la biosfera en general, algunas incluso imprescindibles para la vida en el planeta.

Las abejas, por ejemplo, son muchísimo más esenciales que los humanos; ellas polinizan todo tipo de semillas y hacen de este mundo ese planeta verde donde los herbívoros consiguen pasto. Se dice que si las abejas desaparecieran de nuestro planeta la mitad de las especies de plantas y el 75 % de los productos que consumen los humanos (incluida la carne) desaparecerían. Es tal su importancia que solo sobreviviríamos 4 años sin ellas. *(No olvides este dato antes de matar a una abeja de un zapatillazo. Ella es mucho más importante para el planeta que tú.)*

Mientras que, como hemos visto, los animales tienen un papel fundamental en esta empresa llamada tierra y hacen que la rueda de la vida siga girando, los humanos somos los empleados vagos que ensuciamos todo, destrozamos las instalaciones y encima exigimos un aumento de sueldo. Nosotros contaminamos a nuestro paso y, por desgracia, dejamos este bello planeta peor que cuando lo encontramos. Destruimos la empresa que nos da de comer y que es nuestro hogar, la naturaleza.

Si ellos son tan importantes entonces, ¿por qué íbamos nosotros a poder evolucionar entre vidas y ellos no?

¿De verdad nosotros, los destrozones, vamos a tener algo tan puro como el alma y ellos, los que hacen que la rueda gire, no?

Como habrás podido comprobar, en este libro se da mucha importancia a la pregunta de si los animales tienen o no esto que entendemos como alma. Además, creo que es crucial saber la opinión de los expertos, porque, independientemente de nuestras creencias, ya sea el cielo, la reencarnación u otra dimensión, **lo importante es determinar si los animales y nosotros en esencia somos lo mismo** y, por lo tanto, si vamos a ir al mismo sitio una vez dejemos este plano físico y por ende si nos vamos a reencontrar.

Creo que en realidad ese es el quid de la cuestión cuando perdemos a un ser al que hemos amado tanto, que nos ha aportado tantos buenos momentos y con el que, en muchas ocasiones, hemos tenido

una conexión increíblemente fuerte, complicada de explicar en palabras y capaz de superar la conexión que tenemos con los de nuestra propia especie.

En ese momento en el tenemos que decirles adiós, la pregunta de si volveremos a estar juntos es la que más nos ronda la cabeza.

¿Cómo podría ser de otro modo?

Es muy diferente vivir la muerte y el duelo contestando a esa pregunta con un amargo NO: no vamos a volver a estar juntos, no nos vamos a volver a ver, la relación con ese ser que tanto amaba se ha terminado, ha dejado de existir, esto es un fin, esto es un punto y final. O, por el contrario, contestar a esa pregunta con un esperanzador SÍ, sabiendo que volveremos a estar juntos, que nuestras almas volverán a rozarse, que ese hilo invisible que nos ha unido solo se ha estirado un poco más, pero, en ningún caso se ha roto, que allá donde ellos han ido nosotros iremos también, ya sea al cielo, a otra dimensión. Y tener la seguridad de que nos volveremos a encontrar en esta misma vida con diferentes envoltorios, pero siempre siendo nosotros, que nuestros peludos queridos siguen estando, siguen existiendo, incluso puede ser que más cerca de lo que pensabas, viéndote, ayudándote, guiándote, esperándote…, que esto es una separación momentánea, solo un punto y aparte.

¿Nada que ver verdad?

En la realización de este libro, para el que he entrevistado a psicólogos, comunicadoras animales y varios entendidos en el tema de la posvida, hemos podido encontrar cierto consenso al considerar que, efectivamente, los animales tienen alma, a diferencia de lo que se planteaba en los estudios más antiguos en los que se creía que los animales eran meras máquinas sin sentimientos, movidas solo por necesidades primarias, sin capacidad de sentir dolor, amor o placer. Así los etiquetó en el siglo xvii el filósofo francés Descartes, y antes otros pensadores, como el filósofo, médico y humanista español del siglo xvi Gómez Pereira, quien seguía esa línea del «automatismo de las bestias». Esta teoría sostiene que los animales no tendrían alma racional ni tampoco alma sensitiva; por consiguiente, los animales serían como autómatas, meras máquinas sin sentimientos que se

moverían por una acción/reacción. Según esta línea de pensamiento ni siquiera al matar o torturar a un animal este sentiría dolor, sino que solo se movería debido a espasmos. Aunque nos pueda parecer descabellado y completamente obsoleto, aún hay determinados sectores en nuestros tiempos que dan validez a esta teoría.

Cuando fue obvio que los animales sí que tenían muchas más capacidades que las sustentadas por Descartes, se dio un pequeño paso hacia delante y se empezó a barajar la posibilidad de que los animales efectivamente tuvieran alma, eso sí, un alma diferente a la humana. Sería lo que los estudiosos llamaban «alma de menor evolución», pues al considerarnos los humanos únicos seres racionales nos autoimponíamos la medalla de seres superiores a los demás y, por tanto, considerar que el alma de otra especie fuera como la nuestra era prácticamente un insulto a nuestra superioridad, aparte de un dilema moral. ¿Os imagináis aceptar que todos los animales tienen un alma y que son, en esencia, lo mismo que nosotros después del trato vejatorio que les damos sobre todo a algunas especies?

Donald Griffin, el zoólogo estadounidense del siglo xx, eminencia de la «etología conectiva», se empeñó en probar durante toda su vida que los animales superiores son conscientes. Demostró con sus estudios que los mamíferos, como los primates y elefantes, o aves, como los loros y cuervos, aprenden de la experiencia, interactúan y se comunican mediante expresiones simbólicas y resuelven problemas prácticos.

También la etóloga Marian E. Dawkins, catedrática de Oxford, estudió la sensibilidad animal y demostró cómo las emociones y sentimientos subjetivos moldean la estructura mental de los animales, al igual que nos ocurre a la especie humana.

Gracias a estas contribuciones, con el paso del tiempo y la evolución del ser humano, así como con lo que durante siglos hemos ido aprendiendo y valorando y con una convivencia más cercana a nuestros hermanos animales, muchas personas llegamos a la conclusión de que los animales tienen alma y que esta sería más pura y sabia que la nuestra. Los documentales, las investigaciones y nuestras propias vivencias están demostrando que los animales sienten dolor o placer, que aman y que establecen lazos y vínculos

estrechos emocionalmente con sus similares u otras especies, que tienen miedo y que incluso pueden sufrir fobias y traumas, que son capaces de dar amor incondicional y arriesgar su vida por los seres que aman. Esto sitúa a los animales muy lejos de ese enfoque «mecanicista» de la perspectiva arcaica.

Muchas de las investigaciones y religiones que tratan el tema del sentido de la vida coinciden en catalogar esta vida física prácticamente como una lección o campo de aprendizaje. Venimos aquí para experimentar, pero esencialmente para crecer a través de lecciones vitales, algunas buenas y otras no tanto, aunque todas en su conjunto tendrían el propósito de permitirnos evolucionar en nuestro nivel de consciencia e integrar diferentes aprendizajes dentro de nosotros mismos. Los animales, al igual que nosotros, vivirían esta experiencia física para vivenciar y aprender sus propias lecciones y algunas vinculadas con los seres de su entorno. **Somos maestros y aprendices de todos los que están a nuestro alrededor, y al revés.**

Cabe destacar que no hago alusión a las «lecciones» que conocemos de manera general cuando estudiábamos en el colegio. A pesar de que está muy bien aprender ciertas cosas, como diferentes lenguas, matemáticas, geometría o dibujo, estas asignaturas quedan muy lejos de las lecciones del alma. Lo cierto es que, cuando hablamos de aprendizajes vitales, nos referimos a algo muy diferente, a enseñanzas mucho más profundas y significativas en nuestras vidas. Los aprendizajes de la vida son mucho más simples en concepto, pero mucho más difíciles de integrar.

Esta forma de vivir tan deprisa que tenemos los humanos nos hace darnos cuenta de que, si hablamos de una vida espiritual o del alma, las lecciones suelen chocar frontalmente con lo que en nuestro día a día consideramos importante. Las personas trabajamos incansablemente para seguir una vida marcada, un camino preestablecido por nuestra sociedad, generalmente con determinados objetivos:

- Estudiar.
- Terminar una carrera.
- Conseguir un trabajo (que en ocasiones ni siquiera está alineado con nuestra misión de vida).

- Conseguir bienes materiales (tales como casas, coches y dinero).
- Obsesionarnos con nuestra imagen (algo que está muy bien si lo hacemos de forma sana, en términos de «salud», pero que cada vez más estamos deformando por un ideal físico, intentando negar la vejez y la belleza natural de las personas que ahora básicamente recae en operaciones estéticas que hacen que todos nos parezcamos en nuestras facciones y cuerpos).
- Casarnos.
- Tener hijos.
- Lograr ascensos.
- Tener las vacaciones que todo el mundo sueña.
- Presumir de nuestros hijos,
- Esperar la tan ansiada jubilación, generalmente para empezar a vivir la vida que queremos o hacer realidad algunos de nuestros sueños (si es que alguna vez apostamos por ellos).

Sin embargo, cuando hablamos de los verdaderos aprendizajes que hemos venido a hacer aquí, estamos hablando esencialmente de:

- Vivir el presente.
- Vivir desde nuestra verdadera esencia, sin dejarnos guiar por caminos preestablecidos.
- Aprender a amar incondicionalmente.
- Desprendernos de nuestro ego para vivir desde el corazón. Aceptarnos a nosotros y a los demás como somos.
- Aprender que todos somos uno y que no estamos separados.
- Disfrutar de las pequeñas cosas, porque al final son las grandes cosas.
- Darle importancia a lo que verdaderamente la tiene.
- Aprender a fijarnos más en lo de dentro que en lo de fuera.
- No tener prejuicios.
- Saber estar solos y también Ser una buena compañía para otros.
- Ser compasivos.
- Reconocer nuestros errores.
- Pedir perdón y perdonar a los que, como nosotros, mientras intentan aprender la lección nos han hecho daño.
- Vivir desde nuestra misión de vida, desde lo que hemos

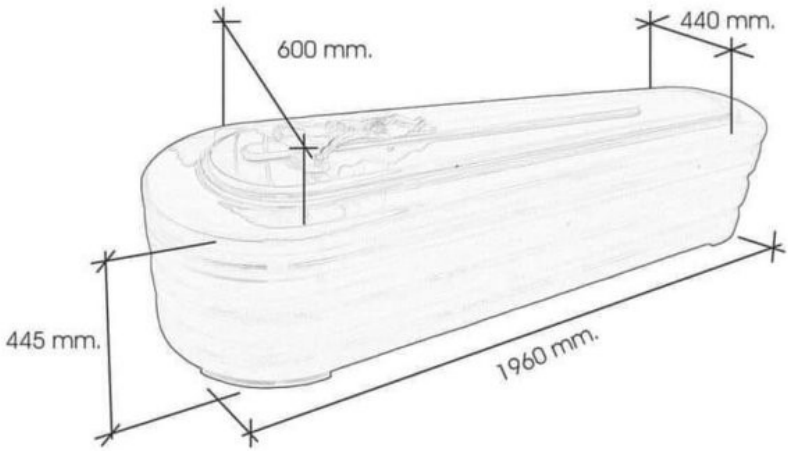
venido a hacer y aportar a este planeta.
- Aprender a ver el dinero como un medio para conseguir vivir desde el corazón y no como un fin en sí mismo.

Si verdaderamente nos paramos a pensar y reflexionar sobre estas cuestiones, sobre lo que hemos venido a aprender aquí y a lo que no, quizás nos daríamos cuenta de que **los humanos vivimos completamente al revés; nos centramos en lo trivial y dejamos de lado lo más importante.** Sin embargo…

¿Qué ocurre con los animales?

Vuelve a leer lo que es y no es importante y te darás cuenta de que los animales ya viven su vida desde esos aprendizajes que nosotros debemos alcanzar (muchas veces a través de crisis, depresiones o sufrimiento), es como si ellos llegaran con la lección aprendida. Pienso que es un gran motivo para valorar positivamente la idea de que, en realidad, **los animales no solo sean almas más puras, sino seres más evolucionados** que vienen con una misión a nuestra vida, entre otras muchas. La misión de ser pequeños maestros.

Medidas de un ataúd humano estándar



COSAS QUE NO CABEN AQUÍ: la carrera que estudiastes para contentar a tus padres; el ascenso a jefe que te hizo sentir tan superior; la casa con suelo de mármol por la que te sacrificaste durante 30 años para pagarla; el cochazo último modelo con asientos calefactables; el dinero que tienes en el banco; el móvil de la manzanita que te hace sentir guay; la ropa de marca; las joyas caras que te hacen especial; las operaciones estéticas que no necesitabas (eres preciosa); el superego que te llevó a morirte sin hablarte con tu hermano, primo, amigo, porque tú tenías la razón y no él, y los sueños que fuiste abandonando a lo largo de tu vida para poder conseguir la casa, el coche y el móvil último modelo.

Medidas de una urna para cenizas de perro

COSAS QUE SÍ CABEN AQUÍ: los momentos vividos estando 100 % presente; los besos y lametones dados; los abrazos recibidos; una vida acorde a lo que soy y a como soy; los paseos que di; el amor que viví; las veces que salté de alegría; las carreras persiguiendo una pelota; el agua del mar; las cosas que aprendí; los amigos que hice; dormir calentito con las personas que amo alrededor; perdonar a todos por todo; saber estar ahí para los que amo; ver reír a carcajadas a mi familia; sentir la lluvia sobre el césped mojado; ver los atardeceres, y ser y hacer feliz.

Con esto no quiero decir que los animales vengan aquí única y exclusivamente para enseñarnos a nosotros, porque al final pensar esto sería otra forma de ponerlos a nuestro servicio o bajo nuestra superioridad o importancia. Creo que, aunque vengan aquí por sus propios motivos (seguramente ellos también están creciendo y experimentando), una parte de su misión puede ser el ayudarnos

con una de esas lecciones que nuestra alma está aprendiendo o tiene que aprender en esta vida y facilitarnos el recordar o visibilizar eso en lo que debemos trabajar para seguir avanzando.

¡¿Cómo si no podemos entender que estos pequeños seres de cuatro patas sepan más de las cosas verdaderamente importantes de la vida que nosotros los supuestos «evolucionados»?!

Cómo puede ser que un animal tenga muchísima más capacidad de amar incondicionalmente, de perdonar, de saber mirar el interior, de relacionarse con una persona por lo que de verdad es y no por toda la banalidad que hay alrededor; que sepan vivir el presente y disfrutar de las pequeñas cosas, que no tengan juicios ni prejuicios, que no sientan envidias ni egoísmos, que no necesiten máscaras, que vivan sin egos ni expectativas, que sepan quiénes son y lo que han venido a hacer aquí (a diferencia del 99 % de nosotros).

Un perro no se pregunta si es un perro, no se pone a maullar ni se deprime porque quiera poner un huevo y no pueda.

Un pino no se pregunta si es un pino, sabe que es un pino y crece alto, le nacen piñas y no se deprime porque quiera dar rosas en lugar de piñas.

Los animales y la naturaleza **aceptan** lo que son y como son.

¿Cuántos humanos sabemos quiénes somos en realidad y para qué estamos aquí?

¿Cuántos sabemos cuál es nuestra misión en este planeta y los dones que hemos venido a entregar a los otros?

¿Cuántas veces nos hemos deprimido por no ser como Juan, porque queremos parecernos a Ramón o porque las cosas no nos salen como a María?

¿Cuántos años y terapias nos cuesta aceptar quiénes somos realmente, quitarnos las máscaras que nos hemos construido y conseguir mirarnos y abrazarnos por lo que somos en esencia?

Valorando esto, aunque sea de forma superficial, creo que es fácil no tener ninguna duda de que los animales no solo son poseedores

de alma, sino que además **su alma está más centrada que la nuestra, es más sabia de lo verdaderamente importante, por eso no es extraño que ellos vivan menos años que nosotros, pues, obviamente, tienen menos lecciones que aprender.** Lo que a nosotros nos lleva una vida interiorizar ellos lo llevan ya de serie.

La historia de J:

J es un barcelonés de 58 años al que acompañé durante el duelo por su perro.

Recuerdo las primeras sesiones con J en las que, a pesar de haber pasado ya muchos meses desde el fallecimiento de su compañero animal, no dejaba de llorar, de hecho me contactó porque se encontraba cada vez peor.

Aparte de la tristeza y el dolor normal, en el duelo J tenía una sensación de pérdida mucho mayor, sentía que se había perdido a él mismo. Profundizando en el tema, J me confesó que nunca se había sentido tan amado incondicionalmente como con su perro. A sus 58 años, siempre había llevado una máscara puesta y siempre se había sentido juzgado, así que creía que no solo había perdido a su peludo, sino también a ese ser con el que podía ser él mismo de verdad.

J es homosexual, algo que le había causado muchos problemas en su juventud y también con su familia. Con apenas 18 años lo habían echado de su casa, su familia conservadora de la España de los años 70 no aceptaba su condición sexual.

La herida de abandono, los prejuicios y la no aceptación habían llevado a J a construir una muralla a su alrededor. Él mismo no se percibía cómodo con su sexualidad y esto le hacía sentirse constantemente juzgado (fuera este juicio real o no) y estar a la defensiva, así que se había aislado de los demás para protegerse, siempre desconfiando, siempre controlándose sin permitirse ser una persona espontánea.

Aunque a J le apeteciera abrazar a alguien o tener alguna muestra de cariño, pensaba que esa persona podría sentirse incómoda o hacerse

ideas equivocadas sobre sus intenciones, pues le había ocurrido en el pasado. Si conocía a alguien muy conservador inmediatamente se mostraba incómodo, independientemente de la reacción de esa persona.

La no aceptación no estaba fuera de J, sino sobre todo dentro de él mismo.

Los años que compartió con su perro le enseñaron importantes lecciones: que merecía ser amado por lo que en realidad es; que no hay mayor felicidad que sentirse y ser tú mismo, sin miedo a los juicios de los otros, y que no hacía falta que escondiera su vulnerabilidad tras una muralla.

El alma de su ángel de cuatro patas le ayudó a que su alma pudiera experimentar la sensación de lo que verdaderamente es el amor incondicional y de lo que en realidad es ser uno mismo, algo que de otra forma quizás nunca hubiera sentido en su vida.

Después de un año de la partida de su perro, trabajando en su duelo, J por fin entendió que no había perdido esa parte suya al fallecer su animal, sino que la había ganado gracias a él.

Hizo un gran trabajo de aceptación y dejó de sentirse en el punto de mira, empezó a comportarse con los demás de forma más natural y espontánea, sin tantas máscaras ni armaduras. Algunas personas de su entorno desaparecieron, otras se quedaron y nuevos amigos llegaron a su vida.

Aceptarse en cada una de sus facetas y vivir desde su esencia, sin juicios, es el homenaje que hace J a su perro cada día, para ensalzar lo que él le enseñó.

Con 58 años tuvo que venir un pequeño peludo para enseñarle que él merecía ser amado, independientemente de todo, gracias a todo.

Somos perfectos y dignos de amor.

EJERCICIO NO TE PIERDO, TE INTEGRO:

Durante mis acompañamientos al duelo y terapias trabajo intensamente sobre resignificar el dolor con un método llamado «huella emocional» que yo misma he creado. Esta terapia va dirigida a trabajar interiormente con una serie de herramientas para conseguir que la huella que nuestros peludos dejan en nuestra vida sea una huella de amor, que nos haga mejores personas, en lugar de ser una huella de dolor y motivo de tristeza.

Resignificar es intentar sacar lo mejor de la peor situación posible y, aunque *a priori* esto te parezca imposible de conseguir, te puedo asegurar que no lo es y no solo porque yo lo he hecho, sino porque cada día las personas a las que acompaño me escriben y me cuentan cómo han conseguido resignificar su duelo y su dolor.

La muerte puede ayudarnos a vivir mejor la vida, no lo olvides, lejos de ser una enemiga es una aliada.

Como hemos dicho anteriormente, los animales pueden ser pequeños maestros que vienen con una gran lección debajo de la pata, no hay mejor homenaje para un maestro que ver que sus alumnos siguen sus enseñanzas.

Además, integrar dentro de nosotros a los que se han ido de nuestra vida es continuar con su legado, es dejar que una parte de ellos viva en nosotros para siempre.

Contesta a estas preguntas:

¿Qué te enseñó tu peludo en sus años junto a ti? Enumera sus enseñanzas:

¿Cómo puedes integrar eso en ti? ¿Qué puedes hacer para seguir su legado?

¿Cómo podrías comprometerte a hacerlo?

¿Te interesa saber más sobre este tema?

Te recomiendo los libros:

Griffin, Donald R. (1986). *El pensamiento de los animales.* Editorial Ariel.

Heraso, María Isabel (2015). *Viajeros en tránsito. Una perspectiva diferente de la muerte. Un regalo para disfrutar de la vida.* Editorial Zenith/Planeta.

Libros de la bióloga y catedrática en comportamiento animal Marian E. Dawkins (solo disponibles en inglés).

Reencarnación

Siempre me pareció loco lo de la reencarnación
Pero desde que te fuiste volví a prestarle atención
Porque la idea de tenerte junto a mí
Aunque no sea en esta vida
A veces me hace feliz

Camilo.

La muerte no es lo que creemos normalmente. La muerte es deshacerse del cuerpo físico mientras el alma inmortal avanza y pasa al otro lado. En ese sentido no hay muerte, solo vida y amor.

Brian Weiss.

La reencarnación y los seres humanos

La reencarnación hace referencia a la creencia consistente en que la esencia individual de las personas o animales (alma o espíritu) empieza una nueva vida en un cuerpo o forma física diferente después de la muerte biológica, de ahí el sentido de la palabra RE-encarnar, o sea volver a la carne, al cuerpo.

Una de las cosas que más me llama la atención sobre la reencarnación es que esta creencia haya estado presente en la humanidad desde tiempos prácticamente inmemorables, incluso antes de muchas de las religiones que conocemos, por ejemplo, en la mayoría de las religiones orientales, como el budismo, hinduismo, jainismo, taoísmo…, y también en algunas religiones africanas y tribales de América y Oceanía. Es cuanto menos curioso que este pensamiento haya traspasado barreras y continentes y llegado a culturas que nunca han tenido relación entre ellas.

En la historia de la humanidad, la creencia de que una persona fallecida volverá a vivir con otro cuerpo (reencarnar) ha sobrevivido incluso dentro de las religiones judeocristianas, como el

judaísmo, cristianismo e islamismo, bajo la forma de diversas herejías y creencias no oficiales.

Si has crecido en una cultura mayoritariamente católica, seguramente ver relacionada la palabra «reencarnación» con cristianismo te haya sorprendido tanto como a mí. En el cristianismo nunca se nos ha hablado de reencarnar, sino todo lo contrario, Se dice que una vez fallecidos iremos al cielo, infierno o purgatorio, pero… ¿esto siempre ha sido así?

Pues resulta que no. En lo que hoy se conoce como «cristianismo primitivo», sí se creía en la reencarnación, incluso el Antiguo Testamento estaba plagado de referencias a las múltiples vidas que vivían los humanos. Tendrían que pasar muchísimos años de la muerte de Jesús de Nazaret para que se decidiera separar la reencarnación de las doctrinas de la Iglesia católica. Esto ocurrió en el Segundo Concilio de Constantinopla (553 d. C.), donde el emperador Justiniano, junto a los altos cargos eclesiásticos, decidieron eliminar cualquier referencia a la reencarnación del Antiguo y Nuevo Testamento al considerar que esta creencia en una futura nueva vida socavaba el poder terrenal de la Iglesia.

Si dejamos de lado las religiones y nos enfocamos en una visión más actual, nos damos cuenta de que la creencia en la reencarnación está experimentando unos niveles ascendentes en la época moderna. Ha pasado de considerarse un dogma exótico, raro y de países lejanos a verse con la suficiente seriedad como para ser motivo de estudio de numerosos científicos durante el último siglo. Entre ellos se encuentra el bioquímico, doctor en medicina, profesor universitario de psiquiatría y escritor Ian Stevenson, que, como podemos ver, no es precisamente un charlatán, sino un reputado académico que investigó durante un periodo de 40 años más de 2500 casos de niños que afirmaban recordar una vida pasada. Stevenson documentaba minuciosamente, basándose en el método científico, las declaraciones de cada niño y posteriormente buscaba la identidad de la persona fallecida con la que el niño se había identificado, entonces verificaba los hechos de la vida de la persona fallecida que coincidían con los recuerdos del niño. También encontró coincidencias de marcas de nacimiento con las heridas y cicatrices del fallecido, certificadas por historias clínicas, así como

por las fotografías de las autopsias. Esto lo llevo a escribir más de 12 libros, entre ellos: *Veinte casos que hacen pensar en la reencarnación,* publicado en 1966.

Otro psiquiatra que ha profundizado en la reencarnación desde el paradigma científico es Brian Weiss. Este doctor, graduado con honores en las Universidades de Columbia y Yale, ha sido profesor en la Universidad de Miami, aparte de jefe del Área de Psiquiatría del Mount Sinai Medical Center y psiquiatra de la Universidad de Bellevue (Nueva York).

Durante una regresión en su práctica psiquiátrica, con una paciente llamada Catherine que tenía multitud de fobias y traumas, el doctor Weiss se sorprendió al escuchar cómo su paciente, en lugar de estar reviviendo un trauma de su infancia, se encontraba relatándole un trauma ocurrido en una vida pasada. Lejos de obviar lo que había sucedido, el doctor se sumergió en la investigación de las regresiones a vidas pasadas. Esta historia queda registrada en su primer libro, *Muchas vidas, muchos maestros,* publicado en 1988.

En su experiencia recaen, ni más ni menos, que las regresiones de más de 4.000 pacientes en su consultorio de Miami, Florida. Weiss sostiene que recordar situaciones traumáticas del pasado ayuda a curar los traumas, en una técnica similar a la del psicoanálisis.

La existencia en vidas pasadas se puede validar por los casos que muestran características como: que las personas hablan lenguas extranjeras que nunca aprendieron ni escucharon; que encontraron en esta vida a los hijos o familiares que tuvieron en una vida anterior y esos familiares confirman las experiencias, y se mencionan datos específicos o detalles como lugares, fechas o nombres de los cuales nada sabían y que luego pueden ser encontrados en realidad. Todos estos fenómenos encontró y verificó Weiss, quien elaboró metodologías para trabajar la regresión a vidas pasadas. Esto lo ha llevado a escribir más de 10 libros sobre el tema.

A lo largo de la historia, la humanidad siempre se ha resistido al cambio, a lo incomprensible, a la aceptación de nuevas ideas, a lo que AÚN no estamos en grado de encasillar en nuestra mente analítica.

Los textos históricos están llenos de ejemplos, como cuando Galileo defendió la teoría de que la tierra era esférica siendo condenado por la Inquisición, o la historia del doctor Ignaz Semmelweis y los gérmenes que vimos unos capítulos atrás.

Esto es lo que estamos viviendo a día de hoy con las considerables pruebas reunidas acerca de la supervivencia tras la muerte física de nuestra parte espiritual. Estamos en ese momento de grandes investigaciones y descubrimientos al respecto, pero chocando con la resistencia a este cambio de paradigma.

Hablamos de VSCD (vivencias subjetivas de contacto con un difunto) o mensajes del más allá, de ECM (experiencias cercanas a la muerte), de EMI (experiencias de muerte inminente), de planes prenatales y cómo no de reencarnación.

¿Cómo puede haber tantísimos estudios realizados por grandes científicos tan importantes, con resultados tan sorprendentes y no hablar de todos estos avances en los grandes medios nacionales?

Profundizando en el tema de la reencarnación, podemos encontrar patrones comunes, ideas que los entendidos en el teman repiten y que he recopilado y estudiado, además he reflexionado sobre estas ideas internamente, mirando hacia atrás, hacia mi vida y hacia las experiencias que otros han compartido conmigo hasta la fecha.

Te animo a hacerlo al igual que yo, con tus propias vivencias.

Sin duda, el tema de la reencarnación, así como muchos temas sobre la vida después de la vida, es extenso, está plagado de estudios y tiene una dimensión y profundidad que sobrepasan la motivación principal de este libro, aquí te dejo estas nociones básicas que yo misma he aprendido durante este viaje. No obstante, si es una idea que resuena contigo, te animo a que sigas acercándote a ella leyendo la bibliografía recomendada del capítulo. A continuación te comparto algunos de estos puntos principales.

Señales de nuestra alma

Según numerosos terapeutas en regresiones a vidas pasadas, algunas

emociones e incluso los traumas podrían arrastrarse de una vida a otra. Esto sería posible porque una parte de lo experimentado seguiría presente en nosotros, aunque fuera de forma inconsciente, igual que ocurre con los traumas de la niñez. Algunas señales que nos daría nuestra alma sobre vidas pasadas serían:

- ***Déjà vu:*** llamamos así a esa extraña experiencia de vivir algo por primera vez, pero al mismo tiempo ser consciente de que ese algo nos es conocido. Existen tres tipos de *déjà vu* : los *déjà senti* (ya sentido), los *déjà vécu* (ya vivido) y *déjà visité* (ya visitado). Las personas cuyas almas se han reencarnado pueden visitar una ciudad o un país desconocido y saber exactamente dónde están las cosas y cómo moverse, por ejemplo.
- **Fobias o miedos inexplicables:** todos podemos entender que tras vivir un hecho traumático podemos desarrollar una fobia, pero ¿qué ocurre si tenemos terror a algo con lo que no hemos tenido ninguna experiencia desagradable? Si tienes miedos extraños a los que no les encuentras una explicación, es posible que estén relacionados con tu muerte o algún hecho traumático en tu otra vida.
- **Sueños recurrentes:** los sueños son un mundo donde el consciente, el subconsciente y el alma juegan a los dados. Podemos tener sueños de muchos tipos, pero, sin duda, si tienes sueños extraños una y otra vez de la misma manera podría ser una señal. ¿En estos sueños aparecen personas y lugares que parecen representar un periodo concreto de la historia? ¿Sueles soñar con la misma ciudad que en realidad no conoces? Podrías estar recordando una vida pasada.
- **Recuerdos fuera de lugar:** sería información que poseemos en forma de recuerdo, pero que no corresponde a nuestra vida actual. Especialmente se puede observar en los niños, que con el tiempo demuestran ser extremadamente detallados. Serían, por ejemplo, los casos estudiados por Ian Stevenson.
- **Intuición muy desarrollada:** las personas cuyas almas ya se han reencarnado muchas veces tienen la capacidad de saber cosas antes que los demás. Sería algo así como saber, pero sin saber por qué lo sé. Se puede experimentar a través de sensaciones, pensamientos, sueños o incluso visiones. Para algunos indica la presencia de un alma más madura y

conectada con tu yo.
- **Intereses muy concretos:** sentir un deseo insaciable de viajar a un determinado país o pasión por una cultura que en realidad te es extraña…, es posible que estas atracciones sin explicación signifiquen que tienes algún lazo que te une a ellas de una vida pasada.

Dentro de estas señales del alma podemos encontrar a un grupo de personas, aproximadamente un 20 % de la población mundial, denominadas PAS, las siglas de personas altamente sensibles. Este rasgo de la personalidad se caracteriza por una gran dosis de empatía, capacidad de absorber las emociones de los demás, de percibir cosas imperceptibles para otros, de sentirse abrumadas si hay muchos estímulos externos… Estas aptitudes, en algunos casos, pueden verse como un signo de que un alma ha experimentado muchas reencarnaciones previas y ha llegado al punto de trascender el yo individual y sus problemas, extendiéndose también a otros, de ahí la empatía superdesarrollada y su capacidad de percibir nimiedades con una especie de sexto sentido.

En pocos casos documentados sobre la reencarnación se puede ver con mayor claridad el apartado de los «intereses concretos» como en el de Dorothy Eady. Conozcamos su historia:

Dorothy Eady era una niña inglesa nacida en 1904 que con solo 3 años sufrió un traumatismo que la dejó inconsciente. Al recuperar la consciencia no solo hablaba con un acento extraño, sino que aseguraba recordar su vida pasada. Dorothy se despertaba en mitad de la noche llorando y pidiendo a gritos que quería volver a su antigua casa.

Todo dio un giro aún más rocambolesco cuando sus padres la llevaron a conocer el Museo Británico. La niña, al llegar a las salas egipcias, se puso completamente eufórica, besando los pies de las estatuas, exultante, agradecía el estar por fin en casa, entre su gente.

La fascinación de Dorothy por la cultura egipcia, que ella consideraba su cultura de su otra vida, no dejó de crecer. Se convirtió en una destacada estudiante de egiptología. En su primer viaje a Egipto conoció a un estudiante egipcio con el que se casó y se estableció a vivir allí.

Tan sobresaliente era en su trabajo como egiptóloga que se convirtió en ***la primera mujer de la historia empleada en el Consejo Supremo de Antigüedades egipcio,*** *donde se desempeñó como asistente de investigación arqueológica.*

Hasta aquí esta historia podría considerarse como una simple excentricidad o una pasión difícil de explicar, pero que nada puede demostrar sobre la reencarnación, sin embargo, te aseguro que esto va mucho más allá.

Dorothy, quien llegó a identificarse como la reencarnación de una sacerdotisa egipcia llamada Bentreshyt, de la corte del faraón Seti I, afirmó que había existido un jardín adjunto al templo de Seti I e incluso fue capaz de localizar el punto exacto en el que propuso cavar para encontrar las ruinas, que, para sorpresa de todos, estaban allí, justo donde ella había dicho.

Dorothy predijo que habría un túnel pasando por debajo de la parte norte del templo, el cual fue confirmado por una excavación posterior.

La labor de Dorothy en las excavaciones de Abydos fue admirada por prestigiosos arqueólogos, que recalcaban su incalculable valor, ya que sabía exactamente dónde había que excavar y qué iba a encontrar el equipo en cada lugar, aunque obviamente, poco se habló de cómo esta mujer británica había adquirido ese conocimiento.

Grupos de almas

Como hemos visto, todos los seres vivos estarían dotados de alma, esto es la parte inmaterial, la energía que en realidad somos.

Las almas tienden a reencarnarse juntas una y otra vez en lo que se llama «grupos de almas» o «familias álmicas». Las almas familiares son energías de vibraciones en resonancia, estas serían seres que están en un mismo estado de consciencia y que evolucionan juntos.

Este hecho sucede para elaborar el karma, que, lejos de lo que se entiende como «ajustar cuentas», en realidad es simplemente un

balance, una forma de encontrar el equilibro natural del universo y no un castigo o un premio. Gracias al karma podemos equilibrar las deudas con otros, así como con nosotros mismos, lecciones que aprender, favores que hacer, situaciones que experimentar…, a lo largo de muchas vidas.

Las familias álmicas pueden tomar la forma de seres con los que es sumamente fácil relacionarse, aunque también puede ocurrir todo lo contrario, que un alma de tu grupo con la que tengas algún karma pendiente te desagrade sin motivo o incluso que represente un papel difícil y tenso en tu vida (nunca sería un castigo, sino que serviría para un aprendizaje o alcanzar un equilibrio).

Esto quiere decir que las personas importantes en tu vida actual pueden haber estado a tu lado en otras muchas vidas, pero haciendo otros papeles. Quizás tu mejor amiga era tu hermana, quizás tu pareja y tú os habéis amado en diferentes cuerpos o tu peludo fuera tu hijo humano.

De ahí nacería ese sentimiento de conexión increíble apenas conoces a algún ser o, por el contrario, ese rechazo hacia otros que no sabes muy bien explicar. También de aquí surgirían los denominados «flechazos», que no serían otra cosa que almas reconociéndose en diferentes cuerpos.

Brian Weiss, uno de los psiquiatras de quien hemos hablado al principio del capítulo, relató el caso de una paciente suya llamada Diane, que decía ser una joven colona que se reencontró y sintió atraída por un alma conocida:

Diane, después de ser sometida a la hipnosis debido a que llevaba años lidiando con ataques de ansiedad, se recordó a sí misma como una joven colona norteamericana durante el conflicto con los indígenas.

La joven, muy emocionada, relató que una vez, mientras se ocultaba con su bebé (que tenía una mancha de nacimiento en forma de media luna en una parte específica del cuerpo) de la persecución de los indígenas, ahogó accidentalmente a su hijo al cubrirle la boca para que su llanto no los delatara y cómo ese momento le había creado muchísimo

sufrimiento y ansiedad en su otra vida.

Pero aquí viene lo increíble de este caso y es que, meses después de la hipnosis y terapia, Diane, quien trabajaba de enfermera, se enamoró de un paciente suyo que sufría ataques de asma. Lo suyo fue un auténtico flechazo que sorprendió tanto a enfermera como a paciente.

Lo curioso no es solo esa atracción repentina, sino que su enamorado resultó tener la misma mancha de nacimiento en forma de media luna, en la misma parte del cuerpo, que su bebé de la vida pasada.

Según el doctor Weiss, el asma podía ser un remanente de una sensación de ahogo mortal en una vida anterior.

Como familia álmica estaban destinados a encontrarse, esta vez en una relación diferente.

Propósito de la vida

¿Cuántas veces te has planteado que no le encuentras un sentido a la vida?

Cuando miramos muchos de los acontecimientos que ocurren en nuestra vida centrándonos solo en esta parte física, salta a la vista que muchas de las cosas que nos suceden no tienen sentido o, por lo menos, no un sentido aparente. A veces decimos que tenemos mala suerte, en el amor, por ejemplo, o miramos atrás y vemos esa mala racha que hemos vivido y prácticamente la adjudicamos como un castigo, entonces nos solemos preguntar: ¿por qué me pasa esto a mí?

No es casualidad que lo hagamos, pues en algunas culturas incluso nos han enseñado que si somos buenas personas no nos pasará nada malo. Y aquí viene la gran frustración y decepción cuando comprobamos que esto no es así y nos sobreviene esa sensación de injusticia, pero… ¿Qué ocurre si alejamos el foco de nosotros mismos como protagonistas y vemos la vida desde un paso más atrás y encima añadimos el sentido espiritual a la ecuación?

Como hemos visto en el capítulo anterior, existe la teoría de que todas las experiencias que vivimos mientras estamos aquí, en la tierra, formarían parte de nuestro aprendizaje, serían valiosas lecciones que vendrían disfrazadas de problemas, asignaturas y lecciones de vida que tendríamos que aprobar.

Si quitamos el foco de lo físico y lo ponemos en lo espiritual ahí sí que podemos empezar a observar cierto sentido a las cosas que nos pasan.

Círculos o situaciones que se nos repiten una y otra vez.

¿Por qué todas las parejas que tengo me tratan mal? Porque primero tengo que respetarme y tratarme bien a mí mismo. Es una lección para mí en esta vida.

¿Por qué durante mi vida he sufrido diferentes abandonos? Porque debo aprender a ser autosuficiente y a valorarme por mi opinión y no por la que tengan los demás de mí o por las veces que me hayan rechazado.

¿Y si a cada tropiezo, a cada suceso denominado como «malo», en lugar de preguntarnos *por qué a mí o quien me está castigando* nos preguntamos *para que a mí o qué puedo aprender yo de esto?*

En muchos de los escritos sobre el propósito de la vida podemos diferenciar entre propósitos internos (algo que yo tengo que aprender o conseguir), como ser más compasivos, aprender a ser tolerantes, a perdonarnos, a querernos…, y propósitos externos (algo que tengo que aportar al mundo o a los demás), como, por ejemplo, convertirnos en un pilar para otras personas que están sufriendo o compartir un don que nos ha sido dado. El propósito, tanto interno como externo, que nosotros mismos nos hubiéramos puesto antes de encarnar es la razón por la que estamos aquí, y el punto de llegada desde donde diseñaríamos los planes prenatales, o sea las experiencias que vamos a vivir para llegar a desarrollar esos propósitos. Obviamente esta experiencia física que vamos a

experimentar puede acabar con la consecución de esos objetivos o no, en caso de que no llegáramos a aprender eso deseado por nosotros podríamos decidir volver con esa misma lección.

Ahora conoceremos el caso de Lucía:

Lucía tenía una vida normal y sencilla en la España de los años 70. Era una joven felizmente casada con el amor de su vida. Por desgracia, él falleció a una edad temprana dejándola sola, pues no habían conseguido tener hijos. Casi una década más tarde Lucía se queda embarazada en la situación menos conveniente, estando soltera y sin un padre que quiera hacerse responsable de su hijo.

Algo que a nuestros ojos está cada vez más normalizado, ser madre soltera era todo un escándalo en esos tiempos. Todos, incluida la familia, amistades y, cómo no, el padre biológico de la criatura, la animan a abortar para evitar el escándalo. Como el aborto no estaba legalizado en esa época, las jóvenes españolas hacían un viajecito a Londres y volvía sin «el problema».

Lucía, la joven formal que nunca había causado un contratiempo en casa, que nunca se había salido de la norma, se rebela. Va a tener a su bebé le pese a quien le pese.

Contra todo pronóstico, Lucía se convierte en madre. En el parto a punto están de perder la vida madre e hija, pues tenía una placenta previa no diagnosticada, por lo que después de perder mucha sangre termina teniendo a su bebé por cesárea. Nadie se explica cómo pueden haber sobrevivido al embarazo y al parto.

Durante su vida Lucía se encuentra con varios caminos alternativos a su maternidad: diferentes hombres bien situados que quieren comprometerse con ella y le proponen dejar a su hija con una cuidadora mientras ellos disfrutan de la vida. Ella siempre si niega

Es una gran madre, siente que su hija es su máxima felicidad. No le importan los comentarios, los desaires o lo duro de la vida como madre soltera teniendo que mantener a su hija sin ayuda.

Cuando un importante médium hindú visita la ciudad de Lucía, ella acompaña a una amiga suya que consigue una sesión con el sensitivo en el hotel donde se hospeda. A pesar de ir simplemente a acompañar a su amiga, el hindú toca la mano de Lucía y, con solo con ese contacto y sin conocerla absolutamente de nada (ni siquiera podían hablar sin la ayuda de un traductor), le revela uno de los propósitos de su vida: «Veo a una niña con una coleta, la quieres con todo tu corazón. Tu propósito en esta vida es ser una buena madre, pues en otras vidas no lo has conseguido. Veo una deuda kármica, seguramente te has portado mal con tus hijos y has venido a reparar el daño y cumplir este propósito que no conseguiste y que ahora has hecho realidad pese a todas las dificultades. Enhorabuena».

Planes prenatales

Como hemos visto, la experiencia que vivimos aquí tiene un propósito y ese es el de aprender y experimentar a través de las situaciones que nos pasan durante nuestra vida física.

Para poder experimentar las circunstancias que nos van a llevar a aprender o a desarrollar nuestro propósito del alma creamos lo que se llaman «planes prenatales». Estos planes serían el escenario que hemos diseñado antes de encarnar para poder experimentar lo que hemos planeado.

Los planes prenatales serían algo así como el mapa de lo que va a ser nuestra vida; aquí estarían las experiencias más importantes que vamos a vivir, pero también con qué seres vamos a compartir nuestro tiempo aquí.

Este guion se ajusta a las experiencias para nuestro crecimiento y a lo que otros van a experimentar a través de nosotros. Como decíamos anteriormente, somos maestros y aprendices de todos los que están a nuestro alrededor.

Aquí también entraría el equilibrio de lo que denominamos «karma». Si seguimos la línea de lo investigado en los planes prenatales, podemos decir que no existirían las casualidades si no

las causalidades o sincronicidades, es decir, todo lo que nos pasa y todos los seres que se cruzan en nuestro camino estarían ya predestinados a hacerlo y, lo que es más importante, lo harían por una razón.

Todos y todo tendría su propósito y su papel, tanto lo bueno como lo malo, y todo estaría enfocado en nuestro plan de vida, en lo que previamente habríamos preparado para aprender esa lección o lecciones que se nos resisten.

Robert Schwartz, especialista en regresiones y terapias de vidas pasadas, señala en su *best seller, El plan de tu alma* , que **ya se ha planificado desde otros planos los animales que vamos a tener en nuestra vida, esos que van a vivir con nosotros, haciendo que nada sea casualidad.** Según la teoría de Robert, las almas de los humanos y las de los animales se hablan con anterioridad en esos planos superiores, sabiendo qué van a significar el uno para el otro. Esto explicaría por qué algunos animales llegan a la vida de una persona en su momento justo. No es la primera vez que muchos animales ayudan a sus familias a superar la soledad o la tristeza, y que hacen que sea más fácil enfrentarse a traumas o inseguridades. O también por qué algunas personas sienten un clic o flechazo ante un determinado animal, salvándolo por ejemplo de una perrera, escogiendo a ese preciso animal entre cientos o recogiéndolo de la calle después de ser abandonado.

Según este autor, como relata en su libro, en una de sus terapias pudo comprobar cómo una mujer tuvo un perro, cuya alma reencarnada era la de un hijo que no llegó a nacer en forma humana, confirmando así que el alma podría haber sido tanto humana como animal, sin diferencia entre ellas, y cómo ese vínculo de amor madre/hijo se dio a pesar o por encima de la especie.

La muerte, tal como entendemos esta palabra, es una ilusión.

Obviamente, si algo podemos destacar de esta creencia en la reencarnación es que la muerte no existiría como tal.

Existiría un fin de nuestro cuerpo físico, de nuestro tiempo en la tierra, pero no un fin de lo que somos en realidad. Tampoco existiría un fin en nuestras relaciones ni en la continuidad de

nuestros seres queridos fallecidos que, como hemos visto, volveríamos a encontrar una y otra vez con nuestro grupo de almas, tanto aquí como en el espacio entre vidas, o sea el mundo espiritual. Incluso aquí en la tierra podríamos reencontrarnos varias veces con los mismos seres, una misma alma habitando diferentes cuerpos. Así, los cuerpos no serían más que el vehículo que utilizaría el alma para venir al mundo físico a experimentar y aprender.

No podemos pedir la eternidad de la carne, del mundo en el que vivimos donde todo es transitorio, pero, sin embargo, tanto nosotros como nuestros animales somos, en esencia, eternos.

Os comparto un trocito de mi propia historia:

Dice la «teoría de los septenios» (del filósofo austriaco Rudolf Steiner) que cada 7 años tenemos una crisis personal. Yo no sé si esto es así realmente, pero lo que sí sé es que he tenido varias crisis personales en mi vida, momentos en los que he sentido la necesidad de cortar con casi todo, donde se fermentaba un cambio interior.

La última de estas crisis la viví entre el 2016 y el 2019.

Yo tenía un trabajo vocacional como auxiliar de veterinaria que me hacía inmensamente feliz, pero poco a poco fui notando cierta incomodidad…, ya no era mi lugar.

A los humanos el cambio no nos gusta nada, nos pone nerviosos y nos crea incertidumbre; sin embargo, es curioso que sí hay algo permanente en la vida es la impermanencia, es decir, el cambio.

Dicen que el universo primero te susurra, después te habla y, por último, te grita. Esa incomodidad fue el susurro al que, obviamente, no hice caso, agarrándome a lo que hacía feliz a la antigua Laura e intentando imponérselo a la nueva.

En lugar de escuchar con el corazón escuché con la cabeza e intenté racionalizar lo que estaba sucediendo: seguramente era porque ser

madre (año 2015) me había cambiado las prioridades, necesitaba un trabajo con mejor horario, donde el sueldo fuera más decente y con fines de semana libres para estar con mi bebé.

Así, mi mente racional me dijo que lo mejor era buscar un trabajo que cumpliera esas condiciones… ¡Y lo encontré! Además no uno, sino tres. Supongo que debería sentirme afortunada, pero no era así. Sentía una extraña sensación de estar descolocada, fuera de lugar, y una voz que me repetía una y otra vez que ese no era mi sitio, como si fuera una pieza de puzle de tres puntas intentando encajar en un espacio de dos. Algo no iba bien, no funcionaba, tenía la rara impresión de llegar tarde a algún sitio, pero no saber a cuál. Pensé que sería yo, seguramente necesitaba parar un tiempo, así que acabé abandonando paulatinamente los tres trabajos, en los que fui pasando de uno a otro sintiendo que cada vez encajaba menos. Dejé de trabajar y con ello la economía de la casa se resintió aún más que con mi pequeño sueldo de auxiliar. (El universo me hablaba pero seguía sin escuchar.)

Continué unos años dando vueltas como un pollo mareado. ¿Qué me ocurría? ¿Por qué sentía que yo estaba aquí para algo pero no sabía para qué?

En ese periodo había perdido a Galo, mi primer perrhijo, el peor perro del mundo (los que hayáis leído mi libro Espérame en el arcoíris lo sabéis). En septiembre del 2018, después de 2 años de agobio, ansiedad y crisis laboral me decidí a hacer un curso sobre finanzas personales con la esperanza de que nos ayudará a gestionar mejor nuestras limitaciones económicas. Nunca me imaginé que el curso sobre finanzas al que me apunté tenía también una parte espiritual ¡sorpresa! (El universo me seguía hablando.) Tampoco me podría haber imaginado que solo unos meses después mi perrhija Minnie, mi alma gemela, iba a enfermar de forma repentina y a irse de mi lado tan rápido.

Nos gastamos nuestros últimos ahorros en los veterinarios, haciendo lo imposible por salvarla.

Justo cuando ella falleció llegamos a una lección en el grupo de finanzas, esa lección se llamaba: SACA A LA LUZ EL LIBRO QUE LLEVAS DENTRO. Nuestra profesora nos animaba a sentarnos cada día y a escribir y, por supuesto, yo no podía escribir sobre otra cosa que no fuera el inmenso dolor que estaba pasando al perder a mis hijos peludos,

ese dolor me llenaba y ocupaba cada espacio de mí. (El universo me gritaba.)

Jamás imaginé que publicaría esas hojas que escribía para mí misma, llorando a moco tendido, enterrada en un mar de pañuelos de papel. Finalmente, con el apoyo de mi marido, que insistía en que intentara divulgarlo, me decidí a encuadernarlo.

Pasaron los meses y no di el paso de publicarlo, los pensamientos de autosabotaje, el síndrome del impostor y el pensar que no era suficientemente bueno me llevaron a dejar mi libro guardado en un cajón de mi mesita de noche, abandonado.

Entonces llegó a casa el nuevo miembro peludo de la familia, y la gran noticia de que también estaba esperando un nuevo hijo humano, el arcoíris después de la tormenta, la vida volvía a tener colores, me iba recuperando de mis duelos.

Nunca habría imaginado que perdería a mi nuevo peludo en un accidente, solo 2 meses después de llegar a casa, y que esto me causaría un aborto del bebé que esperaba.

Nunca habría imaginado el dolor, la incredulidad y la pena tan profunda que experimenté.

Nunca habría imaginado que llorando en la cama habría extendido el brazo, habría abierto un cajón buscando pañuelos de papel y habría encontrado el libro que había escrito yo misma hacía unos meses.

Nunca habría imaginado leerlo y sentir que me ayudaba en mi dolor, que mis propias cicatrices del pasado me hablaban para ayudarme en estas nuevas heridas. Mi antiguo yo ayudaba a mi nuevo yo. (El universo me gritaba ya con un megáfono.)

Nunca me habría imaginado que en ese momento de desesperación habría tomado (¡por fin!) la firme decisión de publicar mi libro con el ferviente deseo de ayudar en su dolor a alguien que estuviera sufriendo lo mismo que yo.

Nunca habría imaginado que ahí estaba la respuesta, que una vez publicado iba a encontrar mi misión en la vida, acompañar a otros en el

duelo por los miembros peludos de la familia, que finalmente iba a saber dónde tenía que estar, qué era lo que debía hacer. Por primera vez en años sentí que estaba en mi lugar.

Nunca habría imaginado que sentir incomodad y desgana me habría impulsado a probar varios trabajos, que me habrían llevado a sentirme cada vez peor, a dejar de trabajar, a quedarme sin dinero, a hacer un curso sobre dinero que me llevaría a escribir un libro, que justo en ese momento mi perra estuviera muriendo, que tuviera que vivir dos muertes más para convencerme de publicar ese libro que acabaría cambiándome la vida, encontrando mi propósito y ayudando a más de 18.000 amantes de los animales a lo largo y ancho de nuestro planeta (a fecha del 2022).

El universo me condujo a cada punto y me guío en un urdido plan del que yo era completamente ignorante en su transcurso, pero que, a posteriori, me muestra su perfección, me señaló y me mostró mi propósito en la vida. Aunque tuviera que susúrrarme, hablarme y gritarme para que me diera por aludida.

¿Te interesa saber más sobre este tema?

Te recomiendo los libros:

Berg, Karen (2012). *Continuará… La reencarnación y el propósito de nuestras vidas* . Kabbalah Publishing.

Schwartz, Robert (2010). *El plan de tu alma. Ahora puedes descubrir el verdadero significado de la vida que planeaste antes de nacer.* Editorial Sirio.

Stevenson, Ian (1992). *Veinte casos que hacen pensar en la reencarnación.* Editorial Mirach.

Weiss, Brian L. (2018) *Muchas vidas, muchos maestros* . Editorial Vergara.

La reencarnación y los animales

Una joven madre en China recientemente compartió una historia que rápidamente se hizo viral por lo «extraña» y «descabellada» que parecía:

Una mujer china pasó más de 12 años al lado de su amado perro de raza samoyedo, el cual tenía una peculiaridad: una mancha oscura que contrarrestaba con su pelo blanco en una de sus patitas, concretamente en la delantera izquierda.

El peludo, de nombre Tuantuan, era la principal fuente de alegría para su querida dueña; desde que vivían juntos eran inseparables.

Tuantuan fue perdiendo su salud hasta que finalmente falleció y fue enterrado en el patio trasero de su casa. Las siguientes semanas fueron muy duras para su querida humana, llegando incluso a desmayarse. A pesar de estar convencida de que todo se debía a la tristeza por la pérdida de su perro, decidió, por la insistencia de su pareja, ir a un hospital, donde al examinarla le dieron la noticia de que estaba embarazada.

Después de largos meses de espera nació su hijo y algo llamó rápidamente la atención de su madre. El niño tenía una marca de nacimiento, una mancha oscura en su muñeca izquierda.

La mujer está convencida de que su hijo es la reencarnación de su perro.

De acuerdo con Radio Internacional de China en español, la joven madre compartió con sus amigos en Facebook la foto que apoya su teoría, en la que se puede ver la peculiar marca que unía a su hijo con su fallecido can: «El espíritu de mi amado pequeño nunca me ha dejado. Solo cambia la forma de acompañarme (comenta emocionada admirando una foto de su querido peludo)».

La reencarnación está cada vez más estudiada e investigada en humanos, pero prácticamente es un mundo nuevo en lo que a almas animales se refiere. Por desgracia, como todos los temas de la supervivencia tras la muerte, se ha indagado desde la perspectiva de las personas, pero no desde un enfoque inclusivo para los animales.

El budismo es una de las pocas religiones mayoritarias que tienen más en cuenta a los animales, al considerarlos seres sensibles e espirituales, de ahí el énfasis de esta doctrina en no dañarlos.

En esta religión sí que se cree en la reencarnación en diferentes especies como animal/humano o humano/animal. Esto sería que tanto un animal podría renacer en humano como que un humano también podría renacer como un animal. Incluso dependiendo de la escuela budista, existe la creencia de que el espíritu del animal fallecido permanecería un tiempo determinado en la tierra e intentaría comunicarse con los seres queridos que dejó atrás, ya sean estos sus familiares humanos o los animales con los que compartía su vida. Una vez transcurrido un tiempo, el alma del animal fallecido se iría al plano espiritual, donde tendría un descanso de indefinida duración y después se trasladaría a otro cuerpo para comenzar una nueva vida que él hubiera elegido. *(Una vez más estas creencias coinciden increíblemente con lo que psicólogos como Joaquín Cámara o Brian Weiss han vivido desde su experiencia profesional.)*

Tal como hemos visto a lo largo de este libro/viaje que estamos haciendo juntos, si en todos los estudios e investigaciones de la reencarnación se ha abordado el tema como el «alma» que después de la muerte vuelve y encarna otro cuerpo, creo que no hay duda posible de que esa alma engloba la de todos los seres sintientes.

Si abrazamos, aceptamos o, por lo menos, tenemos en cuenta esta teoría de la reencarnación incluyendo a nuestros peludos, podemos reflexionar sobre diferentes experiencias «extrañas» que muchas personas hemos experimentado y que concuerdan con los puntos vistos en el capítulo anterior.

Por ejemplo, si hablamos de «grupos de almas», podemos entender esa conexión inexplicable que sentimos algunas personas con nuestros animales, algo que trasciende la objetividad, haciéndonos vibrar en una conexión casi mágica. Es curioso de qué modo podemos percibir que ese vínculo es tan estrecho que sentimos que va más allá de esta vida, como si fuéramos un equipo que lleva cientos de años trabajando juntos y que basta una mirada para entender al otro…, y quizás sí que sea así.

Reflexionando sobre esto en mi propia historia os cuento:

A pesar de que ya lo he contado en mi libro *Espérame en el arcoíris* , reflexionar sobre esto me ha hecho viajar atrás en el tiempo, al día en el que adopté a mi perrhija Minnie, a más de 2000 km de mi hogar.

Ella era, literalmente, la peor perra que había en toda la perrera (y te puedo asegurar que había muchísimos perros allí). La misma persona que se encargaba de las adopciones intentó por todos los medios que cambiara de idea y que me llevara a otro perro «mejor».

Minnie estaba completamente traumatizada: tenía dos balazos en los cuartos traseros y la barriga abierta en canal y llena de puntos, no se dejaba tocar, no sabía ir con correa por la calle, huía de los humanos…, pero ¿sabes una cosa? ni siquiera necesite tocarla para sentir lo que había entre nosotras.

Fue su mirada. Esos ojos color avellana destilaban un amor, una sabiduría y una comprensión difícil de explicar. Supongo que será imposible de entender para quien no haya vivido lo mismo.

Cuando la miraba a los ojos sentía que estaba en casa, como si ella fuera mi hogar.

Es curioso, pero parece ser que esa aura especial solo era percibida por mí, de hecho más de un amigo o familiar enmudeció cuando la conoció:

—Parece una hiena —soltó el hijo de una amiga nada más verla.

El codazo de su madre no llegó a tiempo para evitar que ese niño dijera en voz alta lo que todos pensaban, «que era una perra fea».

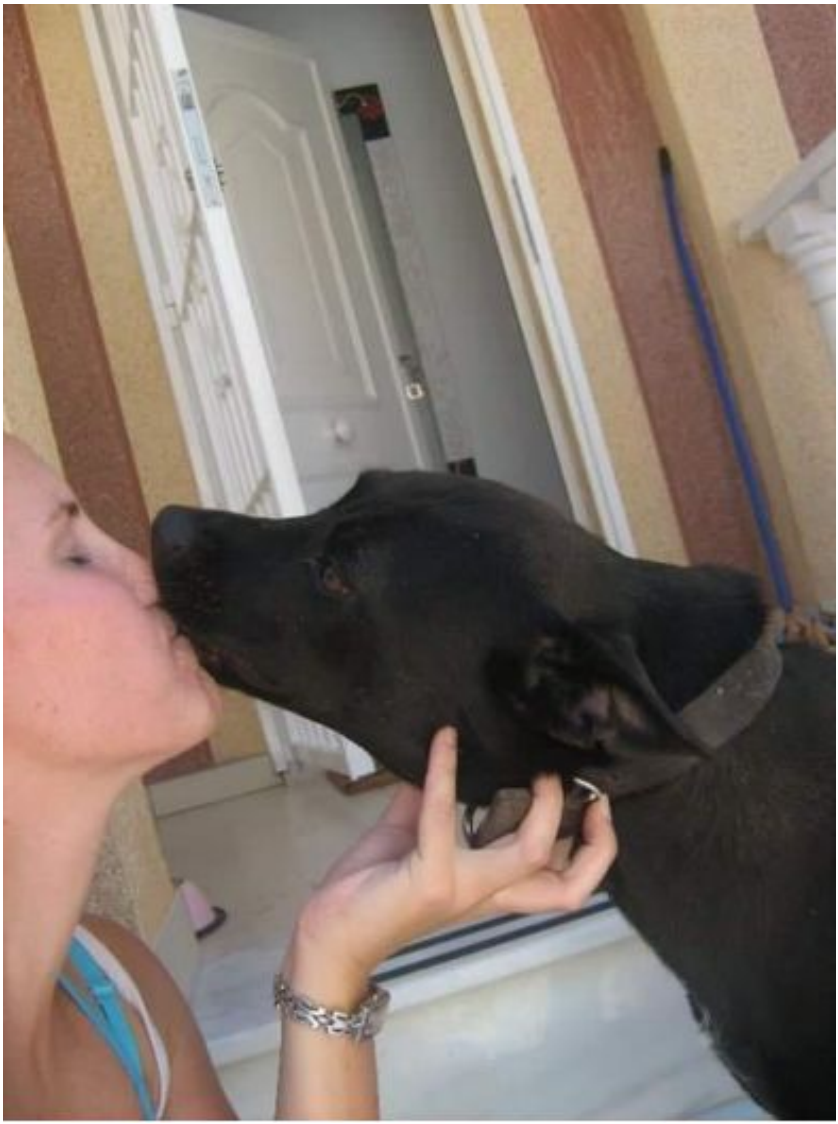
Yo la veía con tanto amor que para mí era preciosa. Me gustaba todo de ella y sobre todo me gustaba su forma de mirarme, como si me viera de verdad, como si viera lo que realmente soy, de una forma que ningún otro humano o animal me ha hecho sentir jamás.

Como escribí años después, cuando ella murió, en esa perrera no podían estar más equivocados, pues me dieron el mejor perro que habría podido soñar.

Creo que al igual que yo reconocí a esa perra negra y esquelética como mi hogar ella me reconoció a mí como el suyo y, sin ser educadora canina ni tratar nunca sus traumas, Minnie se convirtió en una perra tranquila, dejó atrás sus miedos y simplemente confío en mí.

Sentí que no éramos dos extrañas, sino una familia álmica reconociéndose. A pesar de la distancia, de estar en países diferentes, el universo nos brindó la preciosa ocasión de coincidir y nosotras la aprovechamos.

No sé qué papeles teníamos antes o cuánto tiempo llevábamos separadas, solo sé que al vernos supimos que cada una era el hogar de la otra.



Minnie y yo

En la reencarnación se habla también de señales de nuestra alma, pues, aunque nosotros permanecemos ajenos a todo lo trascendental, a las vidas que hemos tenido, a los planes que hemos

hecho, a las lecciones que venimos a experimentar y aprender…, la realidad es que **nuestra alma SÍ que posee esa información** . Sería algo así como tener ese conocimiento enterrado en nuestro subconsciente, pero sin ser capaces de acceder a él. Por esta razón, el alma nos hablaría o reaccionaría a algunos estímulos, situaciones o seres y nos mandaría información velada en forma de intuición, de certezas extrañas y corazonadas.

Fijaos qué curioso y a la vez esclarecedor. Hace poco leí en un artículo que, cuando debemos tomar una decisión sobre nuestra vida, generalmente el primer impulso es el acertado, o sea es lo que en realidad queremos, y cuando vamos analizando mentalmente y reflexionando sobre la cuestión nos vamos perdiendo en un mar de suposiciones y pensamientos, en los «debería» o «tendría que», que en muchas ocasiones nos hacen equivocarnos en nuestras elecciones.

En contra de lo que se suele decir, las decisiones más emocionales, las intuitivas y las que salen de forma rápida, sin pensar demasiado, serían las más acordes a lo que de verdad queremos. Así, decidir con la «cabeza fría», siendo completamente analíticos y calculadores, dejando de lado lo que sentimos y centrándonos solo en lo que pensamos, nos llevaría a **elegir las opciones más lógicas y NO las que nos harían más felices** o las que en el fondo queremos para nosotros.

¿Y si quizás, y solo quizás, esto significa que en realidad lo que sentimos está mucho más conectado al alma que lo que pensamos y por eso el alma nos hablaría y nos diría cuál es la mejor decisión desde la intuición?

El alma sabría y nos ayudaría a elegir las situaciones que estarían más acordes con lo que nosotros habríamos elegido vivir aquí.

Reflexionando sobre estas «intuiciones/señales del alma» os comparto la preciosa aventura de Reina y Phantom. Conozco esta historia de primera mano, ya que trabaje con Reina, una veterinaria, mientras yo ejercía como ATV (auxiliar técnico de veterinaria).

Phantom es un perro del GEO (Grupo de Operaciones Especiales) de la Policía Nacional en Madrid, España, donde realiza un duro trabajo como perro de intervención. Esto significa que se utilizaría para apresar y contener a los delincuentes hasta la llegada de los agentes que deben intervenir. Él es uno de esos maravillosos animales que ayudan y protegen a los humanos. *(¡Cuánto tenemos que agradecerles!)*

Por circunstancias de la vida, Reina, que como ya he mencionado es veterinaria, de forma casual y extraprofesional, ve las fotos de todos los perros que componen la unidad y, por algún motivo inexplicable, siente una repentina y gran atracción hacia este perro en particular. No sabe por qué, pero solo verlo le da un vuelco el corazón.

Meses más tarde se presenta la oportunidad de que Reina viaje desde Alicante a Madrid y vaya precisamente a la base donde se encuentran todos los perros del GEO. Entre todos obviamente se encuentra Phantom y esa increíble conexión se repite. Durante este primer contacto Reina, alertada por los cuidadores de la unidad canina, no puede tocarlo ni acercarse a él. Debido a su trabajo, había que mantener una distancia de seguridad con él mucho mayor que con otros perros, puesto que era bastante más reactivo que los demás, de ahí la necesidad de mantener el espacio.

Esa conexión nunca desaparece por parte de Reina, sus pensamientos vuelven bastante a menudo a ese perro en particular, sin entender por qué, ya que eran más de seis perros en la unidad. Reina de vez en cuando contacta con la base para interesarse por el estado del perro.

Años después, llega la hora de jubilar a Phantom y la asociación Héroes de 4 patas se hace cargo de encontrarle un buen hogar. Es una asociación que se dedica a brindar a estos héroes jubilados una retirada digna y de calidad, para que disfruten lo que queda de sus vidas con una familia que les ofrezca una jubilación acomodada y puedan tener el final de vida que merecen.

Pasan 2 años y a la asociación se le hace muy difícil encontrar una familia para él. Phantom tiene un gran hándicap a la hora de ser

adoptado. Es agresivo con otros animales, personas e incluso niños, resquicios de su tarea como perro de trabajo. Un peludo con una introducción muy difícil a lo que sería una vida familiar. Por este motivo pasan los años sin ninguna adopción para él. *Pero el universo vuelve a la carga.*

Reina y él vuelven a cruzarse de nuevo gracias a la asociación. Ella siente otra vez esas sensaciones en su interior y para ayudarlo busca entre todos sus contactos alguno que pueda adoptarlo y darle la oportunidad que se merece, sin éxito.

Entonces ella decide seguir su corazonada y darle valor a esa conexión que ha sentido durante años con Phantom. Pregunta por su adopción, aunque se lo desaconsejan encarecidamente todos los expertos. Reina convive con dos perros machos de la raza american staffordshire terrier, mal catalogados como PPP (perro potencialmente peligroso) y con un guacamayo. Es una locura introducir un animal así en su manada, una bomba de relojería... ¿No?

Su mente le dice una cosa, su corazón otra.

Poco tiempo después, un conocido le propone a Reina hacer una regresión a una vida pasada y ella, que es una veterinaria holística y de mente abierta, acepta. En esa regresión vive diferentes experiencias increíbles, una de las cuales es lograr una comunicación con un alma con la que coincidió en otra vida. Este ser le confiesa que su relación es muy fuerte, pues en muchas vidas han estado juntos, cuidando uno del otro. En su última vida no pudieron tener la despedida que ellos habrían querido, así que está intentando volver a ella, compartir una nueva vida juntos, le dice que no tenga miedo, que todo saldrá bien. Reina sabe instintivamente quién es esa alma. Decide confiar e inicia los trámites de la adopción de Phantom, a pesar de que se lo hayan desaconsejado y que parezca una locura, da el paso. Tras 5 meses e innumerables papeleos llega Phantom a su manada.

Una vez más nos encontramos con una historia preciosa, pero hasta aquí nada obvio o físico puede explicar lo que está pasando. Quizás solo es una chica que se ha obsesionado con un perro, quizás todo lo que siente son simplemente emociones que ella misma ha creado,

quizás la regresión solo han sido imaginaciones suyas…

Y todo esto se quedaría en una anécdota de no ser por lo que sucede cuando Phantom, el perro peligroso, llega a la vida de Reina.

Os puedo asegurar que los mismos policías que lo habían cuidado tantos años apenas pueden reconocerlo. No solo cambió su actitud, lo cual es sorprendente, sino que cambió su mismo rostro, su expresión e incluso su forma de moverse. Es otro perro.

¿Dónde está ese perro agresivo y conflictivo?

Al estar junto a Reina Phantom cambia completamente, nunca más vuelva a mostrarse como antes. Desde el primer momento, con solo poner una pata en su nuevo hogar, ya es uno más de la manada. Convive y ama a Arnold y Crom, los dos american staffordshire y también al guacamayo. Reina manda las fotos de todos juntos y explica lo feliz y adaptado que está Phantom y nadie da crédito, ni los adiestradores ni la asociación.

De repente el «perro de trabajo» desaparece y se convierte en dulzura, tranquilidad, serenidad, amor y conexión. Os aseguro que su cara estaba irreconocible, una mirada de felicidad y amor, su expresión había cambiado. Y todo eso llegó en el mismo instante en que tuvo a Reina junto a él.

Han estado juntos 4 maravillosos años, viviendo esa conexión tan única, llenando la vida de momentos inolvidables de amor puro e incondicional, incluso acompañando a su mamá humana cuando Crom partió hacia el arcoíris.

Quizás la fortaleza de Phantom le jugó una mala pasada o quizás así tenían que ir las cosas, pero cuando dio el primer síntoma de que algo no iba bien ya era demasiado tarde, los tumores estaban extendidos por todo su cuerpo.

Una vez más esa increíble conexión que los había unido se manifestó, Reina sabía que su alma gemela peluda quería irse, y que quería hacerlo acompañado por ella.

Decidió que, a sus 15 años y con lo avanzado de su cáncer, no iban

a darle quimioterapia, simplemente paliativos que le hicieran pasar sin dolor el poco tiempo que le quedaba.

Ella se volcó en él y en su despedida: comieron pechugas de pollo todos los días, hicieron las palomitas que a Phantom le encantaban y no se separaron en los 4 días siguientes.

Reina recuerda que uno de los motivos de volver a estar juntos es precisamente reescribir su historia y borrar una despedida muy traumática de esa otra vida que habían compartido.

Voy a relatar esos momentos con las palabras de Reina, que salen de su boca mientras de sus ojos brotan lágrimas:

—Un amigo, también veterinario, vino a casa para despedirlo. Esa noche dormí 4 horas. La pasamos entera abrazándonos y viendo películas mientras comíamos palomitas Arnold, Phantom y yo. Lo miraba y solo sentía un amor tan grande, tan espectacular. Cuando a las 12 de la mañana llegó el compañero veterinario estábamos envueltos en un ambiente de recogimiento, de agradecimiento, abrazados los tres.

»Ni Arnold ni yo nos separamos de él. Estuvimos los dos a su lado en el suelo, entre lágrimas porque, aunque yo sé que su alma no ha muerto, la parte humana no puede evitar sentir ese apego.

»Sabía que nuestras almas estaban en paz y armonía, había una comunión entre nosotros. Era un momento sagrado, que habíamos esperado más de una vida para vivirlo juntos, y un agradecimiento tan puro… —rompe a llorar— que me emociono, pero te juro que no es de dolor, es de amor, de calidez, de paz… La vida continúa y esto forma parte de ella. De verdad que lo hice con un amor tan inmenso, lo sentía en su máxima expresión. Fue duro, pero a la vez maravilloso.

»Él fue un ser extraordinario, con esa entrega, esa lealtad, esa mirada de «estoy contigo hasta el infinito», fue indescriptible.

»Después llegó el vacío, porque obviamente somos humanos y la tristeza y el dolor que sentí por no tenerlo más a mi lado tenía que salir y expresarse, pero mi alma poco a poco fue cogiendo fuerza y,

cuando el dolor amainó un poco, volví a sentir esa conexión con él. ¡No se ha ido! Ya no puedo verlo físicamente, pero sí sentirlo. Sigue a mi lado, velando por mí, estoy convencida de que volveremos a estar juntos en esta vida o en otra.

Phantom se fue de este mundo el 15 de septiembre de 2021, ese mismo día por la tarde, mientras Reina lloraba y miraba por la ventana, un objeto en la calle llamó su atención. Una vez más siguió su instinto y decidió bajar a ver qué era eso en lo que se habían fijado sus ojos. Encontró un colgante con un arcoíris y una inscripción que ponía *forever* , lo que se traduce como «para siempre».

El universo nos habla, solo hay que saber unir las señales.

El amor lo puede todo, lo trasciende todo y es el mayor milagro que existe. ✧

Reina y Phantom

Cuando hablamos de reencarnación hablamos también de esos «planes prenatales», esos lazos que unirían todo y a todos los que son especiales en nuestra vida. Me he encontrado con muchas personas que me decían que su animal no debía haber sido suyo, pero, por errores, golpes del destino o vueltas de la vida, han acabado con ese loro en particular o con el gato que no habían adoptado.

Nunca lo he contado, quizás hasta lo había olvidado, pero mientras hablaba con estas personas me vino a la mente el recuerdo de que Galo, mi primer perrhijo, no debería haber sido mío, aunque, sin

embargo, yo también sentí un impulso de que fuera él mi perro.

Me explico: cuando me dijeron los nombres de los perros que había disponibles de su camada, el nombre de Galo llamó rápidamente mi atención, ya que la perra de mis padres se llamaba Gala y me pareció una casualidad muy bonita. Rápidamente pedí el perro que se llamaba Galo y me dijeron que, por desgracia, ya no estaba disponible, así que me ofrecieron uno que se llamaba Gedeón. Pasé semanas creyendo que Gedeón sería mi hijo perruno, pero, poco tiempo antes de ir a recoger a mi nuevo bebé, me llamaron para decirme que Galo finalmente no tenía familia y a Gedeón se lo iban a quedar ellos, así que mi primera intuición buscó la forma de hacerse realidad.

Partiendo de esta base, debemos pensar que los seres que acaban teniendo un papel importante en nuestra vida están predestinados a aparecer, de una forma u otra. En algunos casos **incluso estaría planeado no solo que aparecieran, sino cuándo deben aparecer.**

Sabemos que muchos animales llegan a la vida de sus humanos en el momento justo para acompañarlos en una nueva etapa, en un reto o en una crisis.

Si tomamos en consideración la reencarnación y todo lo que lleva asociado, como los planes prenatales, entonces debemos abrirnos a la idea de que hemos pactado todos los acontecimientos relevantes de nuestra historia, así como que hemos hecho estos pactos con otros seres.

Si, por ejemplo, tu animal llegó a tu vida justo antes de un divorcio, cuando ibas a independizarte de tus padres, cuando estabas preparando una oposición y debías pasar horas metido en casa o antes de una enfermedad, debes considerar que no es casualidad. Apareció en ese momento porque era cuando sabías que lo ibas a necesitar y por eso vuestras almas lo pactaron así. Obviamente, esto es un diálogo bidireccional y algo de dos, es decir, él ha llegado a tu vida porque también quería hacerlo, quería encontrarte, ayudarte justo en ese momento de tu vida y compartir parte de vuestro tiempo juntos y, cómo no, aportarte un poco de su sabiduría, ayudarte a recordar y hacer de pequeño maestro.

Aquí también se abre la veda a ver con otros ojos a todos esos animales que llegan a nuestra vida por poco tiempo, poco tiempo que no quiere decir que por eso tengan menos importancia que otros animales con los que compartamos una vida más larga. Cuando un animal joven muere, lo vemos como un error, como una desgracia mayor aún si cabe, a veces incluso como un fracaso. Sin embargo, los planes prenatales nos dirían que todo esto estaba elegido o pactado por ellos mismos, no sabemos por qué, ya que, obviamente, hay cosas que se escapan de nuestro limitado conocimiento, quizás los están esperando en otro sitio, tienen otras cosas que hacer, ya han experimentado lo que debían, han equilibrado alguna deuda kármica o van a volver pronto con otra forma por algún motivo. Lo que sí podríamos intuir es que todo sería por un fin mayor, parte de ese plan que nos es tan difícil vislumbrar desde aquí pero que sirve para un aprendizaje conjunto.

Me gustaría compartir con vosotros una historia que tocó mi corazón, la historia de Carmen y Lucas:

Tuve la gran suerte de conocer a Carmen y a Pilar en un viaje que hice a Córdoba. Ellas habían leído mis dos primeros libros sobre el duelo animal y paseando por Córdoba me crucé con ellas, que me reconocieron al instante, así que quedamos para tomar un café y firmarles y dedicarles mis libros. Pude conocer a los dos peludos de Carmen, Lucas y Dana. De ese día nació una bonita amistad.

Poco tiempo después Lucas falleció y Carmen me contó su conmovedora historia:

—Laura, me diagnosticaron el cáncer de pecho la primera semana de junio y esa misma semana había recibido la noticia de que un bulldog francés había sido abandonado en la perrera de Córdoba por tener la enfermedad de la *Leishmania* , era de un criador que lo usaba como semental y estando enfermo ya no le servía. Las chicas de la perrera decían que el peludito no dejaba de llorar en su chenil.

»Yo ya tenía a Dana, la otra bulldog que me tiene enamorada.

Obviamente mi parte racional me dijo que no era el momento para ampliar la familia con un nuevo peludo, pero, a pesar de la dura noticia que había recibido y de todo lo que tenía por delante (operación, quimioterapia…), decidí seguir a mi corazón, continuar adelante con la adopción e ir a recogerlo.

»Poco tiempo después y mientras luchaba mi propia batalla, a Lucas le diagnostican un cáncer de testículos. Sorprendente coincidencia (o no), nos encontramos en la misma situación.

»Él supero la enfermedad antes que yo, se comportó de forma ejemplar en todo momento, me hizo ver que había esperanza.

»No solo tenía un fiel compañero, sino un gran ejemplo de fortaleza y amor por la vida.

»Lucas se ponía a los pies de mi cama y tiraba de la sabana para conseguir que me levantara, aunque solo fuera para ir al sofá, pero él lograba sacarme de la cama. Cada vez que tenía que salir corriendo al baño a vomitar él me acompañaba sin dejarme sola ni un segundo, ni una vez…, daba igual si estaba durmiendo o si él mismo se encontraba mal por su enfermedad, no me dejaba sola y se ponía cerca, muy cerca de mí…

»Lo que él hizo por mí no lo hizo nadie, ni siquiera gente muy muy cercana, y yo no podía más que agradecerle en vida todo lo que me aportó en mi peor momento… —llora visiblemente emocionada, le cuesta seguir hablando.

»Fue mi mayor enfermero y mi mejor compañero.

»En ese momento estaba casada, pero mi marido no supo o no pudo estar a la altura de las circunstancias que yo estaba sufriendo, acabé separándome poco después de superar la enfermedad.

»¿Cómo puede ser que esas dos pequeñas bolas de pelo supieran acompañarme más y mejor que algunos humanos?

»Después tuve una recaída, llegó el cáncer de útero. Tuve que someterme a una histerectomía, un nuevo reto en el que ellos siguieron acompañándome hasta estar completamente recuperada.

»Yo creía que lo iba a salvar de la perrera, pero tengo cada vez más claro que él llegó a mi vida para salvarme a mí. Apareció en el momento justo, esa misma semana. Ni antes ni después. Llegó para ayudarme, pues no sé cómo habría enfrentado mi enfermedad sin él.

»Imagínate Laura que veo las fotos de esa época y me veo enferma y sin pelo, pero siempre junto a Lucas tengo una gran sonrisa.

Carmen y Lucas

Cuando hablamos de que nuestros seres queridos reencarnan, debemos ser conscientes de que no van a volver exactamente como

eran. El cuerpo físico y algunas peculiaridades de nuestro amado animal ciertamente han muerto, se han ido para siempre y no volverán a ser. Sin embargo, lo que sí continúa existiendo y podría volver es su alma, su esencia.

Esto quiere decir que nuestros peluditos no volverían como el ser completo que eran cuando los conocimos, sino que lo que regresaría sería una parte de ellos.

Con esto me refiero a que los seres vivos estamos formados por un conglomerado de diferentes fuentes (alma, genes, carácter, experiencias). Algunas de estas partes que nos forman **serían físicas y tendrían un fin, mientras que otra sería eterna y trascendería el mundo físico** , por eso cuando volvemos solo vuelve la parte inmaterial e infinita de nosotros (alma). Esto quiere decir, por ejemplo, que un animal que ha sido miedoso por experiencias de su vida, que le han hecho desarrollar ese miedo, puede volver como un animal confiado sin rastro de miedo, ya que no es que su alma fuera así, sino que las experiencias vividas en una determinada vida terrenal le han llevado a desarrollar ciertos rasgos de carácter que de otra forma no se habrían presentado. En los animales se puede observar este hecho en las diferentes razas, por ejemplo, cada raza de perros lleva unas características asociadas genéticamente; hay razas más activas que otras, con más instinto de caza, más dormilonas, más ladradoras, que desarrollan más el olfato…

Recordemos que estás características no son el alma y, por lo tanto, **pueden cambiar en diferentes encarnaciones** .

Que haya un gato que sea físicamente igual al tuyo no tiene por qué significar que sea su reencarnación; que tu perro de raza de caza ladrara de una forma determinada y tu nuevo perro de la misma raza también lo haga no tiene por qué significar que sea su reencarnación; que tuvieras un conejito muy miedoso por un trauma vivido y que adoptes otro que también haya pasado ese trauma y sea miedoso tampoco significa que sea su reencarnación.

Ahora bien, ¿qué ocurre si le damos la vuelta a esto?

Pues que porque encuentres a un gato que no se parezca en nada físicamente a tu otro gato no significa que no sea él, puede ser su

alma habitando otro cuerpo distinto. Esto es también válido para las especies o los sexos. Ya hemos visto que podemos reencarnar en diferentes especies, así que el físico, el traje que llevamos puesto no significa nada y puede variar muchísimo de una encarnación a otra, ¡incluso entre humano y animal!

Todo lo relacionado con la carga genética y las peculiaridades de la raza o razas que haya conformado a tu animal como son las características inherentes a su especie, tampoco significan nada. Así, tu tranquilo perro, que no tiene ningún instinto de caza y que no se levanta del sofá ni si entran a robar a tu casa, puede ser la misma alma de tu nervioso podenco al que no viste quieto ni una vez en su vida. Es la misma alma pero con una genética diferente que va a marcar que tenga un carácter o predisposición a ciertas actitudes más que a otras.

En psicología se dice que somos una *tabula rasa* cuando nacemos. Algo así como un folio en blanco donde las experiencias que vivimos van marcando nuestras ideas y conceptos. Un alma puede venir a esta vida como un conejito que es maltratado, al que desde pequeño chillan, zarandean y tratan sin ninguna consideración. Seguramente vivir esto, sobre todo a una edad temprana, hará que el conejito sea un animal miedoso, con poca confianza en sí mismo y en los que le rodean, desconfiado y esquivo. Es importante entender que, **por mucho daño físico o psicológico que nos hagan, el alma no está dañada** . Lo que se puede dañar es el cuerpo (violencia física) o la mente (violencia psicológica). Por ejemplo, las personas ciegas que tienen una ECM (experiencia cercana a la muerte) en el momento en el que salen de su cuerpo pueden VER todo lo que está pasando a su alrededor. Son los ojos físicos los dañados, nunca nuestra esencia. Así, si seguimos con el ejemplo anterior y ese conejito volviera a la vida con esa forma y naciera y se criara en un ambiente mucho más estable, seguramente tendría una personalidad distinta, siendo por ejemplo un conejito más confiado. Por eso, que un animal tenga un carácter en nada parecido al anterior tampoco significa que no sea él.

Entonces os preguntaréis, ¿cómo podemos intuir que un alma ha vuelto a estar con nosotros con otro envoltorio?

Pues como la propia pregunta sugiere, como Reina reconoció a

Phantom…, hay que intuir y que sentir mucho más que pensar y analizar. Algo en lo que parece haber cierto consenso es en lo referente a las marcas de nacimiento, estas serían pistas o informaciones importantes que el alma decide conservar por algún motivo. Hay muchas marcas de nacimiento que unen a dos seres diferentes (como en el caso que abre este capítulo), así como marcas de nacimiento que parecen estar relacionadas con la forma de morir de la vida precedente (como los casos de niños del doctor Ian Stevenson del capítulo anterior)

No hay una fórmula matemática infalible para saber si un alma ha vuelto. Confía en lo que tú sientes, mantén los ojos abiertos a las señales y, lo más importante, **cree en ellas cuando aparezcan.**

Voy a serte completamente sincera y a contarte que, a pesar de mi parte mental y analítica, yo sí creo en la reencarnación.

A lo mejor parece normal que una persona que se ha dedicado a investigar y a escribir este libro lo haga, pero lo curioso es que, incluso antes de saber si quiera escribir, yo ya creía en la reencarnación. Fui testigo de ella desde pequeña.

A lo mejor por este motivo, cuando cumplí 18 años y estudié varias religiones, el budismo resonó en todo mi ser. La creencia en la reencarnación, en la que algunos seres que se van deciden volver, elegir en qué vientre materno renacer y de qué forma hacerlo, junto con el amor, respeto y compasión por todas las criaturas vivas, me llevó a sentirme atraída por esta filosofía de vida desde el primer minuto en que leí sobre ella.

Uno de los seres que han pasado por mi vida y que recuerdo con más cariño es a mi abuela Maruja, aunque debo confesaros que recuerdo menos de ella de lo que me gustaría. No soy famosa por tener una gran memoria, de algunas cosas me acuerdo con mucha nitidez mientras que otras parece que las he olvidado por completo; sin embargo, hay una conversación que tuve con mi abuela cuando solo tenía unos 6 añitos que se me quedó grabada en la mente.

Estaba en la cama, a punto de dormir, mientras mi abuela me arropaba. No recuerdo de qué estábamos hablando, pero sí que hubo un momento de la conversación en la que ella me decía que su

ilusión era verme hacer la comunión, porque sabía que era muy mayor y que mi boda no llegaría a verla.

Yo le contesté con la inocencia que da la infancia. Le dije muy segura de mí misma que claro que me vería casarme, que ella iría con un bastón pero que ahí estaría. En mi mente infantil no eras auténticamente anciano si no llevabas un bastón, así que mi abuelita no podía ser tan mayor, pero por desgracia sí lo era, solo que sin bastón.

Maruja me adoraba igual que yo a ella. Quería estar el máximo tiempo posible conmigo, pues vivíamos ella, mi madre y yo, las tres juntas en la misma casa. Era mi pequeña gran familia.

Siendo hija de madre soltera que tenía que trabajar a turnos partidos para sacarnos a todas adelante, mi abuela sabía que yo me quedaría bastante solita al partir ella.

Maruja era una mujer con tan buen corazón, acostumbrada a darse a los demás, tan extremadamente amorosa que solo podía irse de este mundo un día de los enamorados; el 14 de febrero, tan solo un año antes de que yo tomara la comunión.

Aunque no llego a recordarlo del todo, sé que sufrí mucho por la ausencia de mi abuela. Recuerdo que semanas después aún seguía preguntando por ella, no entendía todavía que la muerte era algo irreversible. Ahora, con el peso de la madurez, imagino la tristeza que supondrían para mi madre esas preguntas que yo repetía cada mañana.

Debido al desajuste emocional que me provocó la partida de mi «yaya», empecé a desarrollar sonambulismo; me levantaba de noche y solía esconderme debajo de una de las mesas del salón y lloraba, a veces simplemente paseaba por la casa completamente dormida.

Solo unos meses después de su fallecimiento recibí el que se convertiría en el mejor regalo de mi vida: Kira, una caniche color canela, mi mejor amiga durante mi infancia.

Kira, la que estaba siempre a mi lado para que no estuviera sola, la que hizo el papel de hermana, de compañera de juegos, de

guardiana nocturna que espantaba los monstruos de mi cama, de almohada hecha de pelito suave en la que llorar cuando algo me salía mal, saquito de amor al que besar y abrazar cuando estaba contenta.

La soledad, la tristeza y el sonambulismo desaparecieron, y poco después empezaron los sueños. En esos sueños veía a Kira y a mi abuela envueltas en una especie de huracán, ellas mismas parecía que se traspasasen aire la una a la otra. Después de varios de estos sueños me decidí a contárselos a mi madre; sorprendentemente ella reaccionó como si todo le encajara. Había estado observando comportamientos cuanto menos curiosos que Kira hacía de forma similar a mi abuela. En ese momento tuve claro que Kira era ella. Maruja había encontrado la forma de volver a estar conmigo y me acompañó desde los 8 a los 24 años. *(¡Pudo verme con mi vestido de comunión!)*

Lo he contado ya en alguno de mis libros, pero voy a repetirlo. El día que Kira falleció yo instantáneamente lo sentí, sabía que se había ido. No sé si eso es magia, telepatía o simplemente una conexión inexplicable. Estaba trabajando y sentí un crac que venía de dentro, lo supe. Solo unos minutos después mi móvil empezó a sonar, miré la pantalla y vi que la llamada procedía del teléfono de mi madre, simplemente confirmó lo que yo ya sabía.

Aún a día de hoy no puedo explicar por qué sentí el momento exacto en el que ella murió.

Cuando falleció, como Maruja, yo no pude estar allí, tal como se hacían las cosas antiguamente me mandaron a casa de una amiga a pasar el fin de semana y cuando volví ya estaba como se suele decir «muerta y enterrada», además de verdad.

Apartando a los niños de la muerte creemos que les protegemos, pero fue al revés, me quitaron la oportunidad de despedirme de alguien muy importante para mí.

Cuando Kira murió pude vivir ese velatorio a su lado, al recibir la llamada de mi madre me fui del trabajo y llegué a casa. Allí estaba su cuerpecito ya frío. Lo envolví en una mantita y me senté con ella entre mis brazos, la abracé, la besé en la nariz y creo que toque

cada uno de sus pelitos. En lo que según mi percepción fueron minutos, mi madre me tocó en el hombro y me dijo que tenía que comer algo. Aún me deja sin palabras recordar que, cuando levanté la vista hacia el reloj, habían pasado 6 horas. No sé qué extraño fenómeno de percepción viví, pero os aseguro que para mí habían transcurrido minutos. Estuve con ella en brazos, sin moverme, durante 6 horas. Pude velarla, esta vez sí, y despedirme de ella.

Hace poco tiempo viví una experiencia parecida con uno de mis peludos, por comportamientos y sensaciones empecé a sospechar que era uno de mis antiguos amores. ¿Qué hacer en este caso? Con la mente abierta y el alma conectada le pedí que me diera una señal y ese mismo día me dio tres.

Increíble pero cierto.

Tres circunstancias superparticulares que había vivido con uno de mis peludos fallecido (el que yo sospechaba) fueron replicadas en cuestión de minutos. Fueron tres de las situaciones vividas juntos que, con el paso del tiempo, se convirtieron en anécdotas, tres de los momentos que más me hacen reír cuando pienso en él.

Se dieron casi sucesivamente, sin darme tiempo para asimilarlas una a una. Aún en *shock* por lo ocurrido, mi peludo y yo tuvimos que coger el coche para ir al cole a por mi hijo mayor y, al girar una esquina, allí estaba…, uno de los arcoíris más grande y luminoso que nunca había visto. Miré por el retrovisor y vi la cara de mi peluda con sus ojos color avellana, allí sentada en el coche, mirando hacia delante. Esos ojos… tan diferentes a los que había tenido antes. Paré a un lado de la carretera y reí y lloré.

Vale, he pillado en mensaje, gracias.

Historia de un alma gemela peluda

Es 30 de mayo y Martina, con el casco de la moto debajo del brazo, está en la protectora municipal de animales con su novio Carlos dispuestos a adoptar un gato. A Martina no le gusta especialmente la idea, nunca ha tenido animales y no le apasionan, en el fondo lo ve un poco antihigiénico, pero decide ceder ante la insistencia de su novio.

La verdad es que no puede estar más enamorada de Carlos, haría cualquier cosa que le hiciese feliz, igual que él por ella. Nunca había creído en el amor hasta que se conocieron, ahora siente una compenetración y una unidad con él como no había imaginado en su joven vida. Irse a vivir juntos no ha hecho más que incrementar sus sentimientos. Siente que son una pequeña familia. Seguro que Carlos será un gran padre algún día.

—¡Qué pesado es cuando se le mete una cosa en la cabeza! —desde hace unos meses le ha entrado la obsesión de tener un gato sea como sea y Martina ya se ha cansado de luchar contra esa idea, así que finalmente accede dejando claro, eso sí, que ella no piensa encargarse del animal en cuestión. Será él quien se encargue de ponerle de comer y el que limpie el arenero, algo que a Martina le

parece superasqueroso.

Mientras pasea sin mucha ilusión por los pasillos llenos de jaulas, Martina no puede evitar que sus ojos vayan directos a un gato en particular. Se acerca a la jaula a verlo y de verdad que ni siquiera sabe por qué le ha llamado la atención. Es el gato más normal que podría existir, el típico gris como con rayas, ni cachorro ni mayor, con los ojos normales…, vamos que no tiene nada de especial, el gato común que te encuentras en cualquier calle.

Su novio, en cambio, anda loco de entusiasmo, se acerca a todos los gatitos bebés que más llaman la atención; los de los ojos claros, los del pelito un poco más largo, los de color blanco precioso… Martina no sabe por qué, pero siente el impulso de observar a ese gato en particular, se para y lo mira a través de los barrotes.

Rápidamente Carlos se da cuenta y se le acerca ilusionado:

—¿Te gusta este cariño?

—Uf… bueno… no sé. La verdad es que es el gato menos original que podíamos encontrar.

—Pues no se hable más —responde Carlos—. Vamos a quedarnos a este, que es el que te ha gustado.

—Oye, yo no he dicho que me haya gustado, además no te pienses que por elegir el gato al que me he acercado eso significa que vaya a cambiar mi entusiasmo. No pienso limpiarlo ni recoger sus cacas.

Carlos la mira y luego mira fijamente al animal, siente un pequeño impulso, como una intuición en su interior:

—No hay más que hablar, nos quedaremos con el gato poco original y lo llamaremos Tipi, porque es el típico gato.

Los jóvenes no pueden evitar reír a carcajadas ante la ocurrencia.

—Rápido, foto de familia. —Carlos saca su móvil para inmortalizar el momento.

******

Han pasado 8 años, vuelve a ser 30 de mayo. Martina está de nuevo de pie en la puerta de la misma protectora municipal, solo que esta vez está sola y no se atreve a entrar. Llueve y no lleva paraguas, pero tampoco le importa. La realidad es que ni siquiera entiende muy bien qué hace ahí.

Piensa, reflexiona y recuerda aquel día de hace ya 8 años en el que Tipi llegó a su vida.

Cuando va a tomar el impulso para girarse e irse, la puerta de la protectora se abre. Dentro una mujer de unos 50 años con una camiseta que pone VOLUNTARIA aguanta la puerta y la invita a entrar:

—Cariño estás empapada, pasa adentro que vas a coger una pulmonía.

Un pequeño murmullo de agradecimiento sale de los labios de Martina.

Una vez en el interior la mujer se presenta, se llama Rosa y es voluntaria en la protectora. Muy amablemente le pregunta si quiere adoptar algún animal, a lo que Martina niega enérgicamente con la cabeza, le ruega si puede solo dar un paseo.

—¡Claro! No te preocupes, como si estuvieras en tu casa y si necesitas algo me avisas. Yo estoy por aquí limpiando los cheniles.

Las piernas de Martina parece que tienen vida propia, se mueven solas y la llevan a un pasillo en particular, y se paran justo ante la jaula donde vio por primera vez a ese gato tan normal, tan común…, tan típico como para llamarlo Tipi.

¿Cómo podía haber estado tan ciega? ¿Cómo podía no haberse dado cuenta de que ese «típico» gato era el ser más especial que iba a tener junto a ella? Si en ese momento le hubieran dicho que ese gato iba a salvarle la vida no lo habría creído. Recuerda lo repugnante que le parecía lo de limpiar las cacas de un gato, ahora

daría cualquier cosa por poder recoger una. ¡Qué sarcástica es la vida!

Martina suelta una risa al pensar esto último. Qué imprevisible puede ser la existencia, que nos lleva de un sitio a otro, y nosotros somos completamente inconscientes, como simples muñecos en manos de un niño.

Al reír Martina se da cuenta de que también está llorando. Qué diferente se siente de la Martina de hace 8 años que estuvo en ese mismo pasillo, prácticamente es otra persona.

Apoya la cabeza en los barrotes de esa jaula, que ahora se encuentra vacía.

—Tipi, Tipi, Tipi… ¿Por qué te has ido con la falta que me haces? Ya te dije que no podía vivir sin ti, no sé qué hacer ahora que me falta la mitad del corazón. Soy como una autómata que se mueve simplemente por impulsos, pero siento que estoy vacía por dentro. Tú eras la alegría de mi vida y ahora todo lo bueno se ha esfumado, veo la vida en blanco y negro, como si te hubieras llevado los colores contigo a ese bonito arcoíris en el que se supone que los animales nos esperáis para volver a encontrarnos al final de nuestra vida. Quizás esa esperanza de volverte a ver es lo único que me mantiene en pie.

Martina se da cuenta de que los nudillos de sus dedos se están volviendo blancos, así de fuerte está apretando los barrotes de la jaula. El dolor que nota en el estómago la hace doblarse en dos hacia delante. Es una mezcla de tristeza, rabia, desolación…, en ocasiones siente que va a estallar como una olla a presión y que se va a volver loca.

Ojalá se le pudiera poner una hoja de reclamaciones a la vida, ella le echaría en cara el haberse llevado también a Tipi de su lado.

Martina no se ha dado cuenta de que Rosa la está mirando fijamente, se acerca a ella y le toca el hombro para ofrecerle un paquete de pañuelos de papel:

—Lo siento, no he podido evitar observarte. ¿Cómo te llamas?

—Martina.

—Hola Martina. Verás… Sé que esto que te voy a decir te va a sonar rarísimo. La verdad es que no suelo hacer estas cosas, no me gusta ser tan intrusiva en la vida de los demás, pero mi instinto me dice que lo necesitas.

Martina se prepara para recibir el típico consejo que no ha pedido. Ya le han aparecido varias personas así: cómprate otro gato y se te pasará, sal con tus amigas, piensa en otra cosa… Supone que Rosa se ha dado cuenta de que está llorando porque ha perdido a un animal y va a darle alguna charla sobre que no tiene que estar triste y que no es para tanto.

Pero, para su sorpresa, la charla toma una dirección que nunca habría imaginado. Está a punto de tener una de las conversaciones más importantes y esclarecedoras de su vida.

—Martina, ¿sabes por qué soy voluntaria aquí?

—No sé… ¿por qué te gustan los animales?

Rosa la mira con unos ojos llenos de ternura y sonríe.

—Sí, obviamente me gustan los animales, pero la verdad es que mi trabajo como voluntaria pasa por hablar con ellos, les explico por qué están aquí, que es lo que va a suceder ahora y escucho lo que ellos tienen que decir.

Martina frunce el ceño, no entiende muy bien eso de «escucho lo que ellos tienen que decir».

—¿Eres algo así como una adiestradora? —pregunta un poco confusa.

—No exactamente. Soy comunicadora animal, puedo hablar con los animales y percibir lo que ellos sienten, entre otras cosas. La verdad es que me defino a mí misma como médium, ya que también puedo establecer contacto con mi subconsciente y conectar con mi esencia, lo que me permite acceder a realidades no ordinarias, así como a establecer contacto con otros seres que acceden al plano astral.

Por un momento Martina no sabe si lo que está pasando se trata de una broma o no. Mira fijamente a Rosa y se da cuenta de que habla en serio. Tiene que hacer un gran esfuerzo para intentar mantener su cara lo más neutra posible mientras su mente le dice: «esta tía está loca». ¿Por qué todos los raros del mundo se los encuentra ella? En su interior pone los ojos en blanco y piensa: «¡menuda chalada!». Por fuera su expresión no cambia.

—Me gustaría transmitirte un mensaje, siempre y cuando a ti te parezca bien.

Martina sigue perdida en sus pensamientos, diciéndose que le ocurren las cosas más extrañas, que tiene un imán para los locos. Aun así no quiere ser antipática, Rosa parece una buena persona, desequilibrada pero buena. Así que asiente para que continúe con su mensaje, cuanto antes se lo suelte antes podrá irse a llorar a su casa, que es lo que de verdad le apetece hacer.

Rosa le coge la mano con dulzura, pero con firmeza a la vez, y la mira directamente a los ojos con una intensidad que le incomoda un poco. Parece que Rosa estuviera procesando u ordenando sus pensamientos durante unos minutos, hasta que por fin se decide a hablar:

—No estás sola, hay seres que te acompañan. Uno de ellos era un animal en su última vida. Es un gato, un gato común europeo de color gris.

Martina se sorprende tanto con las palabras que acaba de escuchar que no puede controlar su cara de asombro. Con un respingo aparta su mano de la de Rosa.

—¿Co… co… cómo lo sabes? —tartamudea Martina ante esta revelación.

—Dice que él es tu familia, que siempre ha estado a tu lado para cuidarte, igual que tú a él. Percibo que has pasado por un momento muy difícil en tu vida hace algunos años, de mucho sufrimiento, y que él ha estado junto a ti en ese proceso. Ahora me está mostrando una imagen…, veo que dormía siempre junto a tu cabeza, como si fuera un sombrero.

Martina se lleva una mano a la cara y comienza a llorar, aunque intente aguantar las lágrimas estas se deslizan rápidamente por sus mejillas. ¿Cómo sabe esas cosas esta mujer a la que acaba de conocer? ¿Verdaderamente Tipi sigue junto a ella?

—Es cierto. No sé qué habría sido de mí si él no hubiera estado a mi lado. Pensaba que me ayudaba el tener que cuidarle, pero la realidad es que él me cuidaba a mí —le responde Martina—. Su mente intenta averiguar cómo esta desconocida puede saber algo tan íntimo… ¿Algún conocido en común? Rápidamente desecha la idea. Nadie sabe lo de su «gato sombrerero» como ella lo llamaba esas noches en las que se ponía sobre su cabeza.

Rosa continúa hablando:

—Él quiere que te muestre algo que ocurrió hace mucho tiempo, no en este plano físico, sino en el plano superior. Allí veo dos seres, sois vosotros. En este plano os veo como bolas de luz. Estas energías se quieren muchísimo, son parte de una misma familia álmica. Han estado juntas en muchas vidas, son prácticamente almas gemelas. Uno de los seres, el más grande, siempre ha cuidado del otro; en varias ocasiones ha sido su hermano mayor. Esta alma ya no necesita volver a la tierra, ha aprendido todas sus lecciones y ha acumulado una sabiduría que le va a permitir enseñar y ayudar a los que quieran venir aquí, va a ser un guía o, como muchos los conocemos, un ángel de la guarda.

»Este ser está preocupado por el otro, ya que ha elegido volver a la forma física en una vida con importantes aprendizajes (lo que ellos ven como aprendizajes suelen ser grandes obstáculos). Le da cierta tristeza no poder estar a su lado esta vez, cuidando de él y siendo su apoyo como en tantas otras ocasiones.

»Esta alma ya no tiene necesidad de volver, ha aprendido todo lo importante. Una de sus últimas vidas fue bastante dura, la gente en la tierra la miraba como diciendo «¡qué desgraciada!, le pasa de todo» y la verdad, así es como ella se sentía. Sin embargo, ahora puede darse cuenta de lo tremendamente agradecida que está a esa vida en particular, por la sabiduría que le aportó, de hecho fue tanta que ya ni siquiera se plantea volver a la tierra, sino que se quedará en ese plano, ayudando y enseñando a los que vayan a

vivir una experiencia física. Aun así no puede evitar sentir un poco de preocupación por el otro ser, le da cierta tristeza pensar en los momentos tan duros y de tanta soledad que va a pasar, aunque verdaderamente le traerán grandes lecciones, siempre que sepa extraer lo importante.

»Después de meditarlo encuentra una posible solución. El alma se acerca a su compañera para proponerle un trato. Este será ir durante poco tiempo a la tierra en su forma peluda y acompañarla durante esos tristes momentos, serán una tabla de salvación la una para la otra y así ella podrá vivir una vida diferente sin grandes preocupaciones, sin grandes obstáculos ni aprendizajes, simplemente disfrutando de las pequeñas cosas, algo así como unas minivacaciones.

»Como animal vivirá más desde el sentir que desde el pensar, una vida mucho más parecida a su forma original. Además, como no es una vida larga, podrá volver y de esa forma ser una guía para los que la necesiten.

»Las dos almas deciden sellar el trato. Volverán juntas en esta ocasión también, una como un ser humano y la otra, la más grande, como un animal. El universo se encargará de propiciar el encuentro cuando sea el momento. Hallarán la calma y el amor incondicional la una en la otra, se salvarán mutuamente. El alma que será un animal se convertirá en un pilar fundamental para la otra, pasarán juntas una etapa de oscuridad y ella se convertirá en una pequeña linterna que hará que siempre haya una luz, un faro en el que refugiarse ante las tormentas que embestirán su vida.

Rosa deja de hablar y centra su atención en Martina, pero esta última se siente incapaz de pronunciar palabra después de todo lo escuchado. Ante su silencio opta por preguntarle si lo que acaba de oír tiene sentido para ella.

—Sí —responde Martina, aún entre lágrimas—. La verdad es que estoy procesando todo lo que me acabas de decir. Es cierto, mi gato, que es tal como has descrito, ha muerto hace unas semanas. No te miento si te confieso que ha sido el ser más especial que he tenido junto a mí, un pilar en mi vida, tal como has dicho. Él era mi sitio seguro, mi calma. Ha sido más importante para mí que el 99 % de

las personas de mi alrededor. Cuando en mitad de la noche sentía que la ansiedad y los ataques de pánico me ahogaban él venía junto a mí, se tumbaba sobre mi cabeza y solo oír su respiración hacía que yo pudiera respirar con él. Cuando pasaba las noches en vela andando por el pasillo, él se quedaba toda la noche despierto a mi lado. Se sentaba en una esquina y me miraba, simplemente me observaba, sin intentar consolarme o aconsejarme, solo estaba junto a mí. Le debo mi vida, no sé qué sería de mí sin él. Pero su ausencia me ha dejado rota, lo necesito…

Rosa vuelve a concentrarse, Martina advierte con esperanza que va a decirle algo más.

—Tú alma gemela peluda me dice que va a seguir a tu lado, que no estás sola. Como te decía va a ser una guía para otros, empezando por ti. Así que siempre que sientas a tu intuición, cuando te conectes con tu propia alma, cuando vivas desde el amor, cuando estés viviendo el momento presente…, en cada uno de esos momentos estará a tu lado. Dice que estés atenta a las señales, a las coincidencias y cosas que se repitan aparentemente de forma casual, pues estará detrás de todos esos detalles, alumbrándote el camino una vez más, como siempre ha hecho. Me dice que todo eso que veías en él está dentro de ti, que sigas viviendo desde ese agradecimiento que sentías cuando estabais juntos y que…, dice que espera que ahora te gusten más los gatos.

Martina suelta una carcajada ante esto último. Otra vez está riendo y llorando.

—Sí, gracias a él ahora me encantan los gatos y todos los animales en general. —Martina reflexiona durante unos minutos. Es imposible que esta mujer supiera todas esas cosas tan íntimas de su vida. Se da cuenta de lo que esto significa. La muerte no es el final de todo, Tipi sigue estando, aunque de otra forma.

—Rosa, gracias por haber compartido este mensaje conmigo. No sé si eres consciente de lo que significa para mí. Empiezo a entender que no ha sido un castigo que Tipi se haya ido de mi lado, al revés, ha sido un premio el tiempo que hemos compartido. El mejor premio que hubiera podido ganar. Es cierto que él era un ser superior, con una sabiduría, una bondad…, cuando lo miraba a los

ojos notaba que era un alma vieja, como si supiera de la vida mucho más que yo. Ahora entiendo la gran suerte que he tenido de que decidiera venir a esta vida, de habernos encontrado y de haber tenido esa ayuda impagable a mi lado durante 8 años. Y lo más importante, saber que de alguna forma continúa a mi lado y que algún día volveremos a vernos.

—Eso no lo dudes —le confirma Rosa—. Al final, estas despedidas las habéis vivido muchísimas veces, esta es solo una más. Es una despedida de vuestros cuerpos físicos, pero no de vuestra conexión, de vuestra relación ni de vuestras almas. Para vosotras no existe la auténtica separación.

Martina sonríe. Nota que su enfado con la vida se va esfumando o por lo menos va perdiendo fuerza. Ese pensamiento tan furibundo de «me han dejado sola» desaparece. Por primera vez en semanas siente esa calma que tanto echaba de menos. Quizás Rosa y Tipi tienen razón, quizás esa calma estaba dentro de ella después de todo.

Obviamente la tristeza no ha desaparecido, pero nota que ahora es menos dolorosa. Siente algo que no había sentido antes: esperanza. Esperanza de que hay algo más grande que ella y que quizás todas las despedidas que ha vivido en realidad no sean un adiós, sino solo un *hasta que volvamos a vernos.*

Rosa y Martina se despiden en la puerta de entrada a la protectora. Martina mira el móvil, se siente completamente diferente a cuando entró una hora antes. De fondo de pantalla su foto preferida, las caras sonrientes de Carlos y suya y Tipi detrás, hecha en esa misma protectora pero 8 años antes. Las mujeres se abrazan como si fueran amigas íntimas. Martina le dice que le ha hecho uno de los regalos más bonitos de su vida y que lo guardará para siempre en su corazón. Han quedado en verse más adelante, cuando haya gestionado un poco más el dolor por la parte física de Tipi. Volverán a reunirse, pero en esta ocasión será para que adopte un nuevo compañero peludo. Quién sabe si quizás se anime esta vez con un perro o quizás vuelva a amar a un gato. Lo que tiene claro es que se dejará aconsejar por su intuición, porque sabe que allí estará su alma gemela peluda guiándola.

Martina empieza a caminar, no ha llegado al final de la calle cuando oye cómo Rosa la llama, se gira en su dirección. Rosa desde la puerta le muestra un pequeño trozo de papel doblado por la mitad:

—Toma Martina. Me han mandado un último mensaje para ti. Léelo cuando estés tranquila.

Martina llega a su coche, abre la puerta y se sienta dentro, con el papel entre sus manos. Decide abrirlo y se encuentra con un escueto mensaje:

«Sé feliz.
Consigue tus sueños.
Te queremos.»
C y T

Martina se lleva el pequeño trozo de papel hasta su corazón y lo abraza.

Sus chicos están juntos de nuevo.

Conclusiones

Leer. No para contradecir o invalidar,
ni para creer o dar por sentado,
sino para ponderar y considerar.

Sir Francis Bacon

Llevo tu corazón conmigo
(lo llevo en mi corazón)
Nunca estoy sin él
(tú vas dondequiera que yo voy, mi amor;
y todo lo que hago por mí mismo
lo haces tú también, amada mía)

Edward Estlin Cummings:
poema «Llevo tu corazón conmigo»

Para reflexionar

Una vez más déjame repetirte que no estoy aquí para cambiar tus creencias, ni para decirte que yo soy poseedora de una verdad absoluta, este apartado del libro (como todos los demás) solo busca hacerte pensar y profundizar en temas que no solemos tratar ni a los que damos la importancia que se merecen. Dicho esto, todo lo que voy a compartir aquí contigo es mi visión, conseguida a través de años de trabajar el duelo, de mi vida en la tierra, de las investigaciones que me han llevado a poder entrevistar a expertos, psicólogos y psiquiatras, y también a comunicadoras animales y médiums, de mis cientos de libros leídos sobre el tema y de lo que mi voz interior me ha ido diciendo en este camino.

Como hemos visto, la sociedad ha creado un gran tabú en torno a la muerte, nos separan de ella y se esconde, haciéndola ver como algo de mal gusto, algo oscuro y de lo que es mejor huir y no saber nada. Ahora ya sabemos el gran error que eso puede ser para nuestra vida, ya que la muerte y el duelo es algo que debemos enfrentar, una de las cosas más importantes es saber y acercarnos a ella.

Lo mismo pasa con la posvida o vida después de la vida, se ha intentado esconder, banalizar, llegando incluso a ridiculizar a las

personas que se han acercado a ella. Y no, no hablo de *hippies* descalzos bailando alrededor de una hoguera, sino de reconocidos estudiosos, algunas de las mentes más importantes del siglo pasado, que una vez han realizado investigaciones científicas sobre este tema han sido señalados por sus propios compañeros de profesión, los mismos que poco antes los vanagloriaban.

Elisabeth Kübler-Ross, Raymond Moody, Brian Weiss, Michael Newton, Ian Stevenson, Joaquín Cámara, Evelyn Elsaesser… Aquí te dejo algunos nombres importantes, todos ellos psicólogos o psiquiatras que desde hace décadas estudian científicamente la supervivencia del alma tras la muerte, consiguiendo resultados increíbles.

Investigamos sobre experiencias cercanas a la muerte (ECM), experiencias de muerte inminente (EMI), reencarnación, vivencia subjetiva de contacto con un difunto (VSCD), vidas pasadas…, lo increíble es que todas estas piezas de un gran rompecabezas encajan a la perfección en todas las investigaciones realizadas. No se contradicen, no chirrían ni se superponen unas a otras; al contrario, se complementan a la perfección. Millones de personas que han vivido estas experiencias alrededor del mundo cuentan lo mismo. Hay un consenso espectacular.

No hablamos de religión, ni de creencias (que cada uno tiene las suyas), hablamos de ciencia.

Podemos trabajar el duelo, los traumas, los problemas de nuestra vida o carácter desde un punto de vista psicológico, emocional o físico (que está genial), pero no podemos olvidarnos de algo superimportante: **lo que de verdad somos es un alma.** Así que de poco vale trabajar en todas estas facetas si no hacemos un trabajo espiritual.

Es como si tienes dolor de cabeza debido a una contractura y solo te tomas paracetamol, alivias el dolor, pero la causa sigue estando ahí, hay que ir a un fisioterapeuta y tratar ese músculo. Lo mismo ocurre cuando no trabajamos la parte espiritual.

Es muy importante entender que somos energía, y esta ni se crea ni se destruye solo se transforma. Así que la muerte no es un fin, ni

para nosotros ni para los que amamos, es solo un cambio, una transformación.

Debemos pasar el duelo, porque la parte física de nuestro peludo ya no está aquí, no podemos verlo, tocarlo ni pasear con él. Pero hay que entender que **muerte como tal no ha habido.** Pues nuestro peludo no ha dejado de existir, ni ha ido a un sitio diferente al que iremos nosotros. Todos somos lo mismo (almas) y todos acabaremos en el mismo lugar al dejar este plano.

Aunque te parezca increíble (a mí me lo pareció al principio), ya sabemos que está más o menos estudiado el viaje que hacemos tras la muerte. Primero vamos a un plano que está superpuesto al nuestro llamado «plano astral», un plano conocido por nosotros, ya que es el plano que visitamos cuando estamos dormidos. Nuestros peludos, cuando descarnan, también van a este plano (cabe destacar que ellos lo suelen ver en su vida terrenal), esto quiere decir que después de morir siguen con nosotros, a nuestro alrededor, en nuestra casa, nos ven y oyen. Compartimos el mismo espacio con ellos, y siguen siendo prácticamente iguales a como eran con vida.

Aquí te aporto un hecho importante a tener en cuenta:

Al morir todos vamos al plano astral, estamos junto a nuestras familias durante un tiempo, así que… ¡sorpresa! Todos vamos a poder asistir a nuestro funeral, si nos apetece. Así que ten cuidado en el próximo al que vayas, si vas a criticar al difunto en cuestión…, que sepas que está allí, escuchando y viendo todo lo que ocurre.

¿Qué es lo primero que vamos a hacer una vez estemos en el plano astral?

Pues lógicamente intentar comunicar con nuestra familia. Los humanos lo haremos de forma más consciente y los animales de forma más inconsciente.

Después de pasar un tiempo en el astral, nuestra energía o alma volverá a cambiar e irá a otro plano diferente. Los humanos pasamos más tiempo en el astral, ya que es un sitio de limpieza, de desprendernos del ego, de los apegos, de los muros de nuestra

mente física, de aprender a reformular nuestra existencia después de descubrir que no éramos nuestro cuerpo, sino que este era solo un vehículo para experimentar la vida aquí, en la tierra. Los animales, al contrario, pasarán menos tiempo aquí, ya que son almas más puras, sin ego, sin murallas mentales, sin tantos apegos…

Después pasamos a un plano superior y es donde «empieza la fiesta». Nos reunimos con otras almas que han sido importantes para nosotros en la tierra (ya en el momento de descarnar las hemos visto). Aquí todos somos «menos nosotros», más iguales, más almas, y es donde los animales y humanos ya no nos diferenciamos.

Pasamos un tiempo aquí y programamos nuestra próxima vida en la tierra, he aquí el quid de la cuestión de este ejercicio.

El 99 % de lo que eres, como eres y de todo lo que te ha sucedido en tu vida está relacionado con tu propósito espiritual o de tu alma. Tú lo elegiste antes de encarnar para que supusiera un aprendizaje para ti.

Sí, sé que esto es muy duro de aceptar, sobre todo si han sucedido cosas desagradables en tu vida, pero lo cierto es que todas esas cosas son importantes aprendizajes. Por desgracia, nadie crece espiritualmente mientras está en una playa paradisíaca en el Caribe con un coco en la mano.

¿Qué pasa si no aprendemos lo que tenemos que aprender de las experiencias?

Pues que seguirán presentándose una y otra vez en tu vida hasta que apruebes el examen. Por eso podemos ver cómo algunas personas tienen siempre el mismo tipo de pareja, mala suerte con sus amistades, problemas de dinero…, da igual lo que hagan porque siempre van a dar con la misma situación. Tienen «algo» que aprender de ello y en el momento en que lo hagan se romperá ese círculo y ya no se les repetirá más la misma vivencia.

Recuerda que todo lo que se presenta ante ti es una oportunidad.

La vida, desde el punto de vista del plano físico, no tiene mucho sentido, algo que muchas personas hemos pensado en algún

momento de nuestra vida; sin embargo, si nos alejamos del plano físico y ponemos el foco en el espiritual podemos ver cómo las piezas van encajando. Cómo hemos vivido experiencias para que nos trajeran a un determinado momento de nuestra vida, cómo nos han sucedido situaciones que nos han enseñado algo en cuestión…

Igual que elegimos cómo vamos a ser o las cosas que nos van a pasar, también elegimos quiénes nos van a acompañar. Entre ellos, los animales, las almas más puras que vendrán a ayudarnos, a enseñarnos el camino a seguir cuando estemos perdidos. Hemos pactado con ellos cuándo llegarán a nuestra vida, qué nos aportarán y también cuándo se irán. Recuerda que es MUY importante sentir qué enseñanzas traía nuestro animal, cuáles nos recordaba, para seguir ese camino tras su partida.

No te quedes con mis palabras.

No las deseches simplemente porque no encajan con tu visión de la vida.

Estudia, investiga y con el conocimiento en tu poder saca tus propias conclusiones.

Todo lo que nos ocurrirá en nuestra vida estaría hecho para nuestro crecimiento personal, estaría pactado desde antes de que viniéramos aquí, TODO, las cosas buenas y las malas. Las personas con las que nos encontraremos tendrían un propósito en nosotros, este sería acercarnos al aprendizaje que nosotros mismos habríamos querido experimentar aquí.

Todas las personas, tanto las que nos han ayudado en nuestra vida como las que nos han hecho daño, formarían parte de ese plan. Este pensamiento choca frontalmente con lo que nosotros vivimos en nuestra experiencia física, ya que, si lo enfocamos al aprendizaje, hasta las personas que peor se han portado contigo serían las que más te han ayudado en tu propósito de aprender aquí. Incluso hay quien afirma que esas almas no solo son de tu familia álmica, sino que son almas que te quieren especialmente y, por eso, se prestan a hacer los papeles desagradables en tu vida.

Reflexionando sobre esto te dejo este ejercicio. Espero que pueda

aportarte claridad.

EJERCICIO: NUESTRO PLAN VITAL

1. SITUACIONES QUE SE REPITEN

Cuando una misma situación se nos repite una y otra vez, sin duda pertenece a nuestro plan vital. En ella hay un importante aprendizaje. Hasta que no aprobemos el examen, la situación continuará repitiéndose.

- Identifica qué situación se te repite.

- Piensa qué trata de decirte esta situación.

- Si tuvieras que aprender algo de ella, ¿qué sería?

- ¿Qué me cuesta hacer y la vida me pone delante una y otra vez para obligarme a hacerlo?

- ¿Qué situación de mi vida no estoy aceptando o me resisto a ella?

2. INTUICIÓN

Es frecuente que de una manera casi inconsciente se produzca una conexión entre nuestra mente humana y nuestra alma, entonces se produce la auténtica intuición. Nuestro plan vital y la información

que guarda nuestra alma se nos suele revelar también por este medio, de modo que hay que hacer más caso a lo que sentimos (más cerca del alma) que a lo que pensamos (influido por nuestra mente con prejuicios o condicionamientos mentales innatos o adquiridos).

- ¿Qué siento interiormente que debo hacer aunque no tenga sentido?

- ¿Qué haría si no tuviera miedo o vergüenza? ¿Cómo sería?

- ¿Qué siento que me hace feliz?

3. ÁNGELES DE CUATRO PATAS

Como hemos comentado anteriormente, todo esto ya está pactado. Nuestros animales no llegan a nuestra vida porque sí, incluso en el caso de que un animal entre en tu vida por poco tiempo. Al igual que veíamos antes, esto físicamente tiene muy poco sentido, ¿por qué entra un animal en mi vida para estar solo un par de meses y morir? Sin embargo, si lo vemos desde la perspectiva espiritual, ese ser venía con una enseñanza para ti, te la dio y se fue.

- ¿Por qué creo que mi peludo llegó a mi vida en un momento o etapa específicos para mí?

- ¿Si tuviera que sacar una enseñanza de él cuál sería?

- ¿Qué emociones o sentimientos me hizo vivir que no he podido vivir con otro ser?

- ¿Qué versión de mí me hizo sacar a la luz que sin él no hubiera experimentado?

Fin del viaje

Cada vez estamos avanzando más en la eterna pregunta de qué hay después de la muerte y, aunque haya numerosos resultados científicos en los que basarnos, obviamente la creencia en la vida después de la vida no es un tema que genere consenso. De hecho, hay un gran número de estudiosos que defienden la teoría de que el alma no existe, de que lo que entendemos como alma sería una parte del cerebro que podríamos llamar consciencia y que es del todo imposible que esta sobreviva a la muerte del cuerpo físico y mucho menos posible aún que pueda instalarse en otro cuerpo y volver a vivir.

Voy a emplear la valoración del investigador y escritor francés Stéphane Allix, autor de varios libros sobre el tema, que expresó con sus propias palabras: «Actualmente, la acumulación sin precedentes de estudios y testimonios que van de las EMI (experiencias de muerte inminente), a los contactos espontáneos con un difunto, así como las ECM (experiencias cercanas a la muerte) y de mediumnidad controladas en las investigaciones sobre la consciencia, hacen científicamente indefendible la visión materialista que postula que la muerte es el final de toda consciencia».

Materialismo versus trascendencia: los eternos extremos de una

cuerda que cada vez parecen estar más cerca de tocarse. El materialismo, esa convicción de que no existe nada fuera de la materia y que históricamente ha acompañado a los hombres y mujeres de ciencia, parece cada vez más cerca de convivir con ese sentido de trascendencia, de creencia en el alma y en la parte inmaterial del ser.

Quizás la respuesta no es ni blanca ni negra.

Si bien durante siglos la comunidad científica se ha cerrado en banda a considerar ciertos aspectos atribuidos más a la parte espiritual, parece ser que durante el último siglo cada vez más investigadores empiezan a profundizar en estos temas, realizando experimentos desde el enfoque empírico, medible y libre de juicios. Esto no ha hecho más que avivar la llama, debido a los increíbles resultados que muchos han obtenido, logrando que cada vez más científicos, psiquiatras, psicólogos, médicos, enfermeros, veterinarios y así un sinfín de profesionales de la ciencia estén conviviendo en estos momentos con unas fuertes creencias/ evidencias espirituales.

¿Qué podemos extraer de sus experiencias?

Por ejemplo, las conclusiones de las investigaciones de Evelyn Elsaesser, las primeras que hemos visto en este libro/viaje, son claras: «El mismo hecho de que parece que puedan comunicarse con los vivos implica que los difuntos continúan una existencia —en otra parte—, cuya **naturaleza sobrepasa nuestra comprensión** . El impacto más fuerte procede, sin duda, de esta aparente capacidad de toma de contacto, una revelación para unos y la confirmación de una convicción preexistente para otros (una forma de consciencia sobrevive a la muerte física)».

Como ves, he destacado en negrita las palabras más claves para mí. Es cierto, a día de hoy y aun con tantas investigaciones no llegamos a comprender qué ocurre tras la muerte, pero… ¿que no comprendamos algo en este momento quiere decir que no exista?

La verdad es que no está científicamente demostrado que haya vida después de la muerte, algo a lo que se aferran muchos escépticos, pero, aquí viene lo curioso, tampoco está demostrado que no haya

vida después de la muerte, tanto una como otra no son más que hipótesis, así que si te parece descabellado pensar en la posvida científicamente hablando es exactamente igual de descabellado pensar que no la hay. Es como la famosa paradoja cuántica del gato de Schrödinger, que está simultáneamente vivo y muerto hasta que el observador entra en escena y puede verificar el estado del animal.

Intuir que hay vida después de la muerte puede cambiar completamente las vivencias que experimentemos en nuestra existencia, así como cambiar la forma en la que nos enfrentamos a los duelos de los seres que amamos.

Las VSCD (vivencias subjetivas de contacto con un difunto) se inscriben en el marco más amplio de la construcción de un vínculo interior que se trata de crear con el familiar o amigo fallecido y que constituye lo esencial del trabajo de duelo.

Encajando las piezas de este gran rompecabezas, podemos observar cómo las diferentes investigaciones o vivencias, como las de María Esther Leal, Joaquín Cámara, Brian Weiss o Ian Stevenson, coinciden sorprendentemente no solo entre sí, sino con lo que comunicadoras animales, como Luz Animal, Olga Porqueras y Patricia Perreau o médiums, perciben.

Es natural que, si nuestros seres queridos humanos o animales están a nuestro alrededor, una vez descarnados obviamente, intenten comunicarse con nosotros para hacernos saber que siguen aquí, pero de otra forma. Entonces es cuando llegan las esperanzadoras señales, las sensaciones extrañamente familiares, los pensamientos intrusivos y los sueños, pero… ¿qué pasa si no sabemos que algo así puede suceder? Pues generalmente que los pasaremos por alto sin darnos cuenta, viviendo en piloto automático. El dolor y la tristeza también pueden suponer un difícil obstáculo que superar para que la comunicación tenga éxito, pues, como hemos visto, nos hace vibrar en frecuencias muy diferentes y esto dificulta que se pueda establecer esa comunicación.

¿Qué es eso tan importante que los que se han ido quieren decirnos?

Hemos visto que entre relaciones humanas solemos tener mucha necesidad de perdón, de cerrar heridas, así como de transmitir mensajes de ánimo, de amor e incluso información práctica para los que se quedan. Sin embargo, los mensajes cambian cuando hablamos de relación animal-humano, ya que en estas comunicaciones hay muchas más sensaciones y sentimientos que palabras, lo primero que las comunicadoras o el propio Joaquín Cámara nos cuenta es que, al conectar con un animal descarnado, se puede «sentir» (se percibe sin necesidad de palabras) una gran sensación de amor que envuelve todo. Los animales no necesitan perdonar ni pedir perdón, tampoco suelen cerrar etapas, generalmente quieren mandar un mensaje de amor incondicional a sus familias, darles las gracias por el tiempo compartido e incluso dejar unas directrices de lo que tienen que seguir trabajando o recordando sus responsables. Como suelo decir en tono de broma, «nos mandan deberes» una vez trascendidos.

Aquí cabe destacar que, tal como hemos leído en este libro, al morir seguimos siendo muy nosotros. Los humanos seguimos relacionándonos de acuerdo a como lo hemos hecho, con nuestras culpas, y de ahí la necesidad de perdón, y los animales igualmente se mantienen en ese marco de amor incondicional. Nadie cambia instantáneamente solo por morir, ni tampoco llega una iluminación repentina. Poco a poco, mientras estamos en el plano astral, vamos despegándonos de lo físico y volviendo a nuestra esencia.

En este libro nos hemos enfocado en la repercusión que tiene esta nueva forma de entender la muerte para nosotros, pero no nos olvidemos de algo muy importante, **este nuevo cambio de concepto tiene también una importancia ENORME para nuestros animales trascendidos.** Si ellos al fallecer siguen durante un tiempo a nuestro alrededor, imaginaos la tranquilidad de poder oír nuestra voz, de hablar con ellos, que noten que estamos abiertos a su presencia y que existe la posibilidad de comunicar con nosotros. Es importante que no se sientan solos en ese camino hacia los planos superiores, sino que también ellos se sientan acompañados. Como dice Joaquín en este mismo libro: «Es completamente lógico que ellos (los trascendidos) intenten comunicarse con nosotros, ya que descubren que no se han muerto. Están viendo a su familia sufrir y lo primero que intentan hacer,

como nos pasaría a cualquiera, es mandar esos mensajes a los que más amamos, diciéndoles "¡eh, que estoy bien!"».

Imaginad el increíble sosiego que debe ser saber que tu familia nota que estás ahí.

Después de navegar por los conocimientos de expertos y por nuestra propia experiencia, podemos determinar que los animales no solo tienen alma, sino que en muchos casos esta sería más pura, más centrada y llena de la verdadera sabiduría. Si optamos por darle validez a todo lo expuesto en el libro, debemos interiorizar que todos venimos del mismo lugar y, por ende, todos volvemos a casa una vez terminado nuestro trabajo aquí. Todos descendemos de la unidad, de la chispa espiritual, del universo, del UNO que hace que vayamos pasando por diferentes planos, como el espiritual, el astral y el físico. Todos tenemos esa porción eterna llamada alma, porque todos somos lo mismo. La individualidad, tan de moda en nuestra sociedad, no sería más que una farsa. No es que tú eres y yo soy, sino que nosotros somos, juntos, y no somos el uno sin el otro.

Si nos damos cuenta de qué es lo verdaderamente importante, podremos percibir que los animales viven mucho más alienados a lo que de verdad son, más libres de todo lo banal y centrados en lo importante. No es de extrañar que nos manden deberes cuando se van, tenemos mucho que aprender de ellos.

Por supuesto, los animales que se cruzan en nuestra vida tienen sus propios motivos para estar aquí, que son exclusivamente suyos y que nosotros no estamos en grado de percibir *(ni siquiera conocemos nuestros propios motivos, ¡imagínate los de los demás!)* . Solo nos queda sentir y confiar en nuestra alma y la suya, ellas sí que conocen nuestras motivaciones y las experiencias que debemos transitar, así como el porqué o para qué.

Sin duda, si hay algo que debemos aprender de ellos es a dejar el ego de lado y entender que el amor debe ser el único viento que guíe esta embarcación nuestra llamada vida. Dejar que la mente sea el segundo al mando y darle el timón de nuestro barco al alma, pues es la única que sabe el auténtico camino.

Si algo tienen en común muchas de las investigaciones o

informaciones recogidas en el contexto de la posvida, es la repetición de la idea de reencarnación. Esa alma esencial de lo que somos que, una vez regresa al mundo espiritual, puede elegir volver a la tierra para seguir aprendiendo o experimentando aquello que sintamos que nos ha faltado por aprender. Ya que tenemos una familia álmica, es muy probable que sigamos compartiendo nuestra vida física con esos mismos miembros, eso sí, desarrollando diferentes papeles a lo largo de nuestras múltiples vidas.

Si abrimos los brazos a esta idea de volver a encarnar, debemos entender que toda nuestra vida (o por lo menos todo lo que es significativo en ella) estaría previamente diseñada en nuestros planes prenatales. Tendríamos una hoja de ruta que incluiría deudas kármicas, oportunidades para aprendizajes necesarios, experiencias que a nivel espiritual queríamos vivenciar, crecimiento personal y espiritual, pactos con otras almas afines… Justo en este punto es donde toda nuestra experiencia cobraría sentido. Aquí también vendría determinado con qué animales vamos a compartir nuestra vida, así como en qué momento llegarían, qué significaríamos el uno para el otro, cuál sería el importante motivo/aprendizaje de esta relación, el tiempo compartido y las diferentes formas de reencontrarnos (si volveremos a compartir la vida física con otro envoltorio o nos encontraremos en el plano espiritual).

Extrapolando todos estos conceptos a nuestros amados compañeros de vida peludos, debemos sopesar la posibilidad de que ellos hayan elegido venir a este mundo físico con una determinada forma o especie por una razón, que todos los sucesos significativos de su vida estarían diseñados en su plan prenatal, incluyendo sus propias deudas kármicas, lecciones, experiencias, aprendizajes y pactos con otras almas (como con la nuestra), dotando todos los hechos casuales de otro significado mucho más profundo que escapa a nuestra humana percepción.

Abrirse a estas nuevas ideas, a este viaje transformador, puede hacer tambalear los pilares de tus creencias. La mayoría hemos crecido en una cultura donde la muerte es vista como algo oscuro y negativo, como un final ineludible y cruel. Sin embargo, durante este viaje que hemos hecho juntos, hemos podido vislumbrar un mensaje lleno de esperanza:

La muerte, como nosotros la conocemos, no existe.
Ya que ni es un fin, ¡solo un cambio de estado!,
ni es irrefutable, ¡es algo completamente natural!,
ni irremediable, ¡podemos volver a vivir si así lo queremos!,
ni siquiera sería injusta o cruel, pues ¡nosotros mismos la habríamos elegido!

Seguramente a tu mente analítica le cuesta aceptar ciertos conceptos que hemos ido encontrando en este viaje; son nuevos, no sabe dónde situarlos y además no son 100 % medibles. Pero tal vez a tu alma, la que sí conoce tu travesía, le hayan resonado algunas de estas nuevas ideas. Confía en ella, como todo lo que tiene que ver con la posvida o las comunicaciones con los que ya no están físicamente, **es mucho más importante sentir que pensar.**

No siempre las respuestas que encuentras en el camino son blanco o negro, sino que te topas con toda una gama de grises que no sabes muy bien dónde situar. A veces, cuando indagas y consigues algunas respuestas, lo que encuentras son nuevas preguntas. Sin embargo, sorprendentemente, son esas nuevas preguntas las que te llenan de esperanza, suman en tu camino y aportan luz a la oscuridad.

Si algo te puedo adelantar es que esta aventura no ha terminado para mí, continua en una segunda parte (un segundo libro) donde bucearemos de lleno en las señales que nos mandan nuestros peludos desde el arcoíris.

Quizás este viaje que hemos emprendido juntos no tiene una línea de meta con la típica banda que hay que traspasar. Quizás este solo ha sido el comienzo de un camino para explorar que puede llevarnos a donde nosotros deseemos ir, acompañados de esas energías de amor puro e incondicional que se mueven a nuestro alrededor y que no son otra cosa que nuestra querida familia álmica peluda que siempre estará guiando nuestros pasos con sus patitas amorosas, acompañando sin invadir, conectando sin atar, guiando pero sin imponer, amando como siempre lo han hecho y como lo siguen haciendo, con amor incondicional.

Mi conclusión personal

Nuestras creencias también influyen en el momento del duelo por nuestro peludo. Evidentemente tener una opinión positiva y espiritual de la muerte es un consuelo más, que puede iluminar levemente nuestro camino. No hay nadie que nos pueda confirmar que la muerte lleva a la destrucción completa del ser. Mi consejo es que escojas un escenario lo más positivo, esperanzador y bonito que puedas, en vez de entregarte al panorama más negro y deprimente posible. Nada está probado, nadie sabe qué hay allí, entonces ¿por qué quedarte con lo peor?

Era a finales del 2018 cuando yo misma escribía estas líneas. Acababa de perder a Minnie, mi perrhija, y el dolor me consumía por dentro. Buscaba como loca algo que me ayudara y escribía todo en un diario personal que luego cambiaría de forma para convertirse en libro y se llamaría *Espérame en el arcoíris,* en honor a las últimas palabras que le dije a mi perrhijo Galo en el momento en el que expiró, en el suelo de mi salón, con su mami tirada a su lado abrazándolo.

Quizás allí es cuando empezó mi verdadero viaje.

Es tan importante para mí difundir mi mensaje porque creo que verdaderamente el duelo por un animal puede ser tan o más duro

como cualquier otro duelo. Y también opino que la muerte no es lo que nuestra sociedad nos ha enseñado.

Creo que los investigadores y científicos que se dedican a explorar el mundo invisible que se esconde en la posvida en realidad tienen una fuerte convicción en sus resultados, pues no nos olvidemos que simplemente por realizar estos trabajos ponen en peligro su carrera, ya que lo que se cuestiona es su credibilidad. Este hecho ha contribuido a que muchas de las mentes privilegiadas de nuestros tiempos y anteriores a él no hayan querido entrar en este terreno fangoso para conservar su reputación.

Está claro que lo que conllevan estas experiencias es vertiginoso: la supervivencia de la consciencia, la existencia de un «mundo invisible», que sería el destino final de todos, la posibilidad puntual y breve de comunicarnos con nuestros seres queridos fallecidos, la idea de que están a nuestro alrededor. Estas experiencias y sus implicaciones cuestionan de raíz nuestra concepción de la realidad. Amenazan con desmoronar el paradigma científico actual y no hay nada tan perturbador como el riesgo de perder las certezas y de tener que ponerlo todo en duda de nuevo. La resistencia científica ante los fenómenos inhabituales alrededor de la muerte es fuerte y no favorece la puesta en marcha de proyectos de investigación de envergadura ni su financiamiento.

Es verdad que parece que estos temas nos descolocan bastante y nos pueden generar cierta incertidumbre e incluso temor a lo desconocido, a qué es lo que habrá más allá de la muerte. No es fácil para nadie aceptar que la muerte no es un punto y final (ya que esto es lo que nos ha enseñado desde siempre); sin embargo, acercarnos a ella y abrirnos a nuevas posibilidades nos va a llevar a una relación mucho más positiva, y esto a su vez va a ayudarnos en todos los duelos presentes y futuros que vamos a experimentar a lo largo de nuestra existencia, así como a priorizar los objetivos que tenemos en esta vida terrenal.

Usar la impermanencia como brújula va a abrir nuestro campo visual para hacernos entender que la vida es algo más que simplemente trabajar, comer y dormir, sino que tiene un propósito y una finalidad que yo personalmente opino que no puede ser otro más que aprender y crecer.

Si observamos la vida desde otra perspectiva, podemos encontrar nuevos sentidos más profundos y ver las crisis y los problemas como oportunidades para la expansión de nuestra consciencia.

La vida se y te transforma. Y así nuestros años terrenales se nos presentan como hojas en blanco en las que nosotros mismos somos el pintor que puede escoger de qué colores pintar su cuadro y convertirlo en una obra de arte, a pesar de, o gracias a, nuestras circunstancias.

De ahí la importancia de que lo que pase por nosotros se transforme del dolor al amor. De darle valor a lo de dentro, que es lo que no muere nunca, lo verdaderamente importante. Quizás así habría más personas dedicando sus energías a curar sus heridas internas y a resignificar su dolor; entonces los terapeutas tendrían las salas de espera llenas en lugar de las tiendas donde hacer *shopping* . Debemos cuidar más lo de dentro y no darle tanta importancia a lo de fuera, porque al final lo de fuera va a ser temporal, mientras que lo de dentro es lo que verdaderamente somos nosotros. La sociedad materialista no es más que una creencia deformada que parte de la base de que solo somos lo que vemos. Creo que el verdadero sentido de la vida está mucho más conectado a algunas culturas minoritarias que a la cultura moderna predominante en la sociedad desarrollada actual.

En este libro hemos hablado de temas muy complejos y quiero puntualizar que es una generalización. No todo tiene por qué ser exactamente como lo expuesto aquí; por ejemplo, cuando hemos hablado del viaje que hacen las almas una vez descarnadas al plano astral y de allí al espiritual, para pasar lo que se llama periodo entre vidas, después decidir volver, programar sus planes prenatales y encarnar de nuevo. Este no es el único camino posible, pero sí el más común. Al igual que las comunicadoras animales me han transmitido que, aunque los peludos suelen tener la relación con la muerte que hemos comentado en sus entrevistas, hay otros animales que pueden experimentar la muerte de una forma diferente. Recordemos que todos somos únicos, este libro es una mirada global a este tema.

Como seres racionales intentamos comprender estos difíciles conceptos con nuestra mente humana, lo que nos lleva a

encasillarlo todo para poder situarlo de forma que lo consigamos entender. Opino que es más sencillo que eso.

No hay un aquí ni un más allá, no hay un después o un antes. Todo está aquí y ahora, sucediendo y estando a la vez. Esas comunicaciones con los difuntos que hemos visto no son mensajes desde el otro lado, estamos juntos y conectados, siguen a nuestro alrededor, solo que de una forma diferente a la nuestra. En este punto de mi camino creo y pienso firmemente que podemos considerar, incluyendo definitivamente a los animales, que **la muerte del cuerpo físico no es un fin, sino un nuevo comienzo para nuestra alma.**

Si nuestros amados peludos no se han ido, ¿por qué no seguir mandándoles nuestro amor? ¿Por qué no seguir sintiendo que continúan formando parte de la familia? ¿Por qué no pedirles que nos guíen cuando tengamos algún momento complicado o alguna difícil decisión?

Durante este viaje que hemos emprendido juntos hemos visto cómo abrirnos a la creencia de que la muerte no es un final puede ser increíblemente beneficioso para nuestra vida, nuestros duelos y nuestras situaciones difíciles, pero ¡OJO! Todo en la vida es, tal como lo describen los taoístas, un yin y yang (equilibro entre dos dualidades, todo lo bueno tiene una parte mala y al revés).

Así, estos nuevos conocimientos pueden también ponernos la zancadilla para complicarnos la vida, haciendo que nos aferremos a los que se han ido de esta experiencia física y entorpeciendo el continuar nuestro propio camino.

Saber que ellos siguen existiendo, que pueden decidir volver o que se comunican con nosotros nos puede llevar a vivir en un estado de hipervigilancia, de buscar constantemente a los que se han ido en cualquier otro ser, lugar y circunstancia. Esta no debe ser una excusa para seguir apegados a ellos, pues, aun siendo almas gemelas, cada uno tiene su camino y su evolución. El amor no asfixia, no impone y no acapara, al contrario, el amor es LIBERTAD, es un «no te necesito pero te quiero», porque si te necesito ya no soy libre de amarte.

Venimos solos, nos vamos solos y todo lo que hay en medio es un regalo, un préstamo por un tiempo determinado aquí abajo, pero eterno en nuestro hogar.

Recordar que el lazo de amor que nos une es para conectar, no para atar ni atrapar.

Tal como dice el poeta libanés Khalil Gibran: «Si amas algo déjalo libre…».

Debemos reubicar a nuestros queridos animales desde el amor, pasar el duelo por su parte física sabiendo que esto es no es un punto y final, pero a su vez seguir con nuestras vidas y afrontar sus muertes físicas. No debemos simplemente sobrevivir esperando el momento en el que la magia ocurra.

La magia ya ha ocurrido y ha sido teneros el uno al otro, coincidir en esta caótica vida y aportaros desde el amor.

Tenemos la posibilidad de abrir nuestra consciencia a la posvida para entender lo relativa que es la muerte, pero no para anclarnos en nuestro duelo (que incluso con estas nuevas creencias debemos vivir, pues una parte de nuestro querido animal sí que ha muerto), sino para seguir nuestra vida en el mundo físico y mirar al cielo con una sonrisa sintiéndonos agradecidos.

Te pido, desde el fondo de mi corazón, que uses esta nueva sabiduría y toda la que vamos a ir sumando en este apasionante viaje para que te aporte y no para que te entorpezca. No para poner más pesos o expectativas sobre tus hombros, sino para que vivas con mayor ligereza.

Si hay un concepto clave para mí en este libro, es lo increíblemente fuerte que puede ser el vínculo de AMOR de nuestros animales hacia nosotros:

Importan esos mensajes de gratitud por el tiempo compartido, de paz como sensación universal que envuelve las comunicaciones con los peludos trascendidos, sin juicios ni expectativas, haciéndonos ver que, al final, ni el sufrimiento ni los rencores son lo que perduran, que la culpa no tiene razón de ser. Somos aprendices de

la vida y no somos perfectos, ellos no consideran siquiera que tengan algo que perdonarnos, pues entienden que todo ocurre por y para nuestro aprendizaje.

El amor como guía de nuestras almas, esa emoción, parece alzarse una vez más como la unión más fundamental no solo entre los vivos, sino también entre los vivos/trascendidos. En el mundo espiritual parece que eso no cambia. El amor se erige como guía común, como pregunta y respuesta, como motivación y resultado.

CONMIGO SIEMPRE, porque tu esencia, tu huella y tu amor no me abandonarán jamás. No porque te retengo en mis manos, no porque no te dejo ir, sino porque una parte de tu alma sigue viviendo conmigo, un hilo rojo que nos conecta, pero no nos ata, que puede estirarse, retorcerse o dar mil vueltas de campana, pero nunca romperse.

La vida no termina con la muerte, existe una continuidad de lo que somos y, por ende, morir no es más que volver a nacer en otro sitio.

La oruga no muere al convertirse en crisálida, aunque a simple vista pueda parecerlo, por el contrario se transforma en una preciosa mariposa que extiende sus alas hacia una nueva vida. Una vida en la que ya no se arrastra por el suelo físico, duro y tangible, sino que vuela por los cielos etéreos y vaporosos. Así pienso que debe ser desprenderse de un cuerpo que falla y emprender el vuelo a tu nuevo destino.

Una carta para ti

Querido compañero/a de viaje, te agradezco que hayas caminado a mi lado.

En la realización de este libro me he encontrado con personas increíbles, historias repletas de amor y varias conversaciones trascendentales que me han saltado los plomos del cerebro en alguna que otra ocasión. También me he visto las caras con algunos episodios de difícil explicación, uno de ellos ha sido increíblemente revelador para mí y, aunque mi primera reacción fuera pensar en guárdamelo para mi círculo más íntimo (entre otras cosas porque no sé si voy a ser capaz de explicar lo vivido de forma que le haga justicia), creo que no sería sincera al 100 % si no compartiera todo lo aprendido. Así que aquí va.

Una persona más debía ser entrevistada en este libro. Esa persona es una médium que me llegó muy recomendada por una de mis dolientes, quería conocer también su opinión y punto de vista. Cogí una cita con ella como cualquier persona normal, pensando en explicarle en ese momento que era una escritora en pleno proceso de investigación y que me gustaría hacerle algunas preguntas.

La lista de espera era de unos dos meses. Cuando por fin llegó el

esperado día del encuentro, una «loca» idea pasó por mi cabeza. No le diría nada, me haría pasar por una persona anónima y tendría una sesión normal con ella. Sería un experimento, ver de primera mano si verdaderamente esta experiencia podía demostrarme algo asombroso o, por el contrario, si sería algo muy simple y genérico, lo típico que dicho a cualquier persona encajaría.

Acudí a la cita con algo de expectación y también de desconfianza. Me preparé psicológicamente para no revelar nada de mi vida o entorno, no contestar a preguntas muy personales y ver qué surgía de ese encuentro.

Una vez reunida a través de una videollamada con Rosa (el verdadero nombre de la médium que he querido respetar en la «Historia de un gemela peluda» por inspirar este personaje), comenzamos la sesión. Ella me preguntó qué es lo que me gustaría saber.

¡Horror! Tenía mis preguntas de entrevistadora preparadas, pero no las mías como clienta anónima, aunque quizás podía usar esta baza a mi favor. Si no preguntaba nada en particular, más fácil lo tendría ella para percibir lo que fuera o más difícil, en el caso de que no fuera sincera, para inventar algo.

Ahora viene la parte en la que las palabras se quedan cortas.

Le dije a Rosa que me dijera cualquier cosa y lo que me dijo fue de todo… menos cualquier cosa.

Rosa me habló de mí, de asuntos importantes y personales de mi vida que estaba viviendo, me dijo cosas de mi marido, de mis hijos y hasta de dos de mis peludos que ya no están aquí físicamente.

Es cierto. Rosa acertó prácticamente todo lo que me dijo. Según ella, unos seres (mis guías o quizás alguien de mi familia álmica) estaban junto a mí y ellos eran los que le traspasaban esa información. Si volvemos a las palabras de Joaquín al principio del libro, veremos que esto se debería a que mis guías se han acercado al plano astral para hablar con Rosa, ella, como médium, tiene acceso a ese plano.

Rosa es una persona de edad a la que le cuesta usar la aplicación de WhatsApp. Veo poco probable que haya investigado mis redes sociales. Además ella solo sabe mi nombre, no mi apellido, y me ha dicho cosas tan personales que ni siquiera en el caso de haberme investigado conocería.

Pero… ¿cómo saber que esta información está verdaderamente compartida desde mi exterior? Quiero decir, puede ser que Rosa en realidad lo que haga es leer mi mente (algo que ya de por sí me parecería increíble), pero no contactar con otros seres que no están en su forma física.

Y he aquí que llega la prueba de fuego. Rosa me hace dos predicciones sobre algo que va a pasar, además una de ellas va a ser muy pronto, la otra para la primavera 2023.

Dos semanas después de mi videollamada con Rosa, la primera predicción se cumple.

Como te puedes imaginar, esa conversación no solo me dejó sin palabras, sino que fue algo que tuve que procesar y me costó asimilar. Una cosa es investigar sobre un tema, tener ciertas intuiciones sobre un asunto o hablar con profesionales entendidos en la materia y otra muy diferente vivir una demostración de este calibre en primera persona.

Esa conversación cambió mi forma de percibir el mundo que nos rodea.

Cuando la predicción de Rosa se cumplió solo 2 semanas después de nuestra conversación, tuve el impulso de llamar rápidamente y tener una nueva cita con ella y, en esta ocasión sí, hacerle una entrevista y un interrogatorio en toda regla, pues me había dejado completamente estupefacta.

También pensé en llamarla cada vez que me ocurriera algo para que me dijera qué hacer, en preguntarle sobre todos los temas importantes de mi vida y de la de mi familia.

Pero finalmente no lo hice.

En este libro he repetido constantemente lo importante que es sentir, seguir nuestra intuición y no intentar racionalizarlo todo. Que hay cosas que debemos vivir desde el corazón para realmente entenderlas y no desde la mente. Mi primer impulso, supongo que empujada por mi parte científica, me llevaba a analizar y diseccionar toda esta experiencia, pero mi alma me ha llevado a no querer hacer esto último.

Mi esencia me susurró: «Acepta esta experiencia, es un regalo para ti. Abre tus brazos con amor sin querer cogerla y apretarla con tus manos. Simplemente "vivénciala"».

No necesito que nadie me diga qué va a pasar, mi alma ya lo sabe, y si yo, conscientemente, no, es porque es mejor así.

Esta es la experiencia que tengo que vivir.

Vivir, creer en las señales cuando aparecen, confiar, soltar…, dejar que esta experiencia se asiente en mi corazón y no en mi cerebro.

Dejar espacio para la magia sin querer entender y etiquetar, solo sintiendo.

Dejar a mi alma recordar cuál es el verdadero camino a casa.

Carta al lector

Querido lector:

Gracias por haber llegado hasta aquí, por haber sido mi compañía en este duro, a veces triste y otras esperanzador, viaje que apenas he comenzado.

Un viaje hacia lo que hay detrás de esta vida, hacia el lugar donde mis queridos hijos peludos me esperan para reencontrarnos como las almas eternas que realmente somos.

Espero de todo corazón que este libro te haya ayudado a acercarte a un tema tan tabú y que tanto miedo inspira como la muerte. Confío en que hayas encontrado esperanza en sus páginas, respuestas a tus preguntas o por lo menos que te haya despertado curiosidad por saber más, por seguir leyendo y abrir tu mente y tu corazón a la verdad que tu alma conoce.

Es mi deseo que puedas mirar a lo que hay después de la muerte con una nueva visión, que sientas que tus queridos animales siguen estando cerca de ti, cuidándote y enviándote amor incondicional, como siempre han hecho.

No hay un más allá ni un aquí, hay solo energía y amor que nos une estemos donde estemos. No hay un cerca ni un lejos, hay conexiones que ni la muerte física puede romper.

Gracias por haber visto un alma tras un hocico.

LAURA VIDALl

Si crees que esta obra puede beneficiar a otras personas que hayan perdido a sus seres queridos o vayan a hacerlo, ya sean animales o no (pues el amor no entiende de especies), te animo a ayudarles a encontrar este libro dejando un comentario sobre él, una reseña o compartiéndolo en tus redes sociales. *(Además me encantaría que me etiquetaras para poder verlo.)*

Si quieres compartir algo conmigo o necesitas ayuda puedes encontrarme aquí:

Instagram: @esperameenelarcoiris

Facebook: Espérame en el arcoíris

E-mail: huellaemocional@hotmail.com

También puedes encontrar más información sobre mí, así como mi curso *online* para el duelo animal, grupos de duelo, acompañamiento individual, información sobre talleres y próximos libros en mi web:

www.huellaemocional.es

Agradecimientos

Una vez más debo agradecer a mis queridas lectoras cero por su valiosa ayuda para sacar el máximo brillo a este libro: Rebeca, Judit, Noelia y Ester, gracias por vuestro valioso tiempo.

No puedo terminar este libro sin agradecer a todos los entrevistados que me han ayudado a emprender este increíble viaje: Joaquín, María Esther, Luz, Patricia y Olga, gracias infinitas por repartir un poquito de vuestra inmensa sabiduría.

A las y los valientes que han compartido aquí sus experiencias, algunos de forma anónima y otras, como Reina o Carmen, con voz propia. Me siento honrada de poder contar al mundo vuestras historias de amor con vuestras almas gemelas peludas.

Debo agradecer, desde lo más hondo de mi corazón, a todas las personas que me han permitido acompañarlas en sus duelos, porque gracias a ellas he comenzado este camino que ha cambiado mi forma de ver la vida y la muerte.

Infinitamente agradecida también a mis lectores y seguidores de redes sociales por estar siempre animándome a escribir (no sabéis lo terrorífico que resulta sentarse delante de una hoja en blanco), todo

es más fácil gracias a vuestro apoyo incondicional. Somos un mismo corazón peludo.

A Sandra, Martina, Belén y Carlos por su bonita amistad e inspirarme para mi cuento.

Gracias, una vez más, a mi familia, mis padres, mi hermana, mi primo, así como a la familia que uno elige, Lidia, Sara, Ainhoa, Cris y Mari Carmen.

Gracias a mis pilares fundamentales, mi madre, mi marido (ambos mis fans número 1), mis hijos humanos y peludos.

A Neizan, tú eres el motivo por el que me encuentro viviendo este sueño, me has hecho sacar mi mejor versión gracias a que nada es más valioso para mí que nuestro tiempo juntos.

A Eiden, mi bebé arcoíris, por hacerme creer que hay almas destinadas a encontrarse a pesar del tiempo y el espacio, a pesar de lo oscuro de la tormenta tú eres mi brillante arcoíris tras la lluvia.

Laura Vidal (Alicante, 1984) estudió asistencia técnica veterinaria, lo que la llevó a trabajar como auxiliar en este campo durante muchos años. Gran amante de los animales, después de perder a sus compañeros de vida peludos, sufrió un duro proceso de duelo que la llevó a encauzar su vida en otra dirección. Cambió su manera de ver la vida y la muerte, y plasmó su historia de sanación a través del dolor en su primer libro, ***Espérame en el arcoíris*** (2019), *long seller* traducido a varios idiomas y colocado permanentemente en los primeros puestos de ventas de Amazon en la categoría de libros sobre mascotas. Su segundo libro, ***Cuando ya no estás*** (2021), publicado por la editorial Vergara, alcanzó la cuarta edición a los pocos meses de su lanzamiento, es una guía práctica para afrontar el duelo por los animales con los que convivimos.

Fotografía: Isaloclick

A raíz de su éxito, Laura ha aprovechado su experiencia personal para encontrar su misión de vida: ayudar a otros a superar el duelo por la pérdida de sus animales. Aparte de escribir, en la actualidad Laura realiza acompañamientos en el duelo animal, cursos *online* , imparte talleres, charlas y entrevistas sobre el dolor que supone perder a los miembros peludos de la casa. También ayuda a muchas

personas a encontrar su propósito en la vida gracias a la superación personal.

Facebook: Espérame en el arcoíris

Instagram: @esperameenelarcoiris

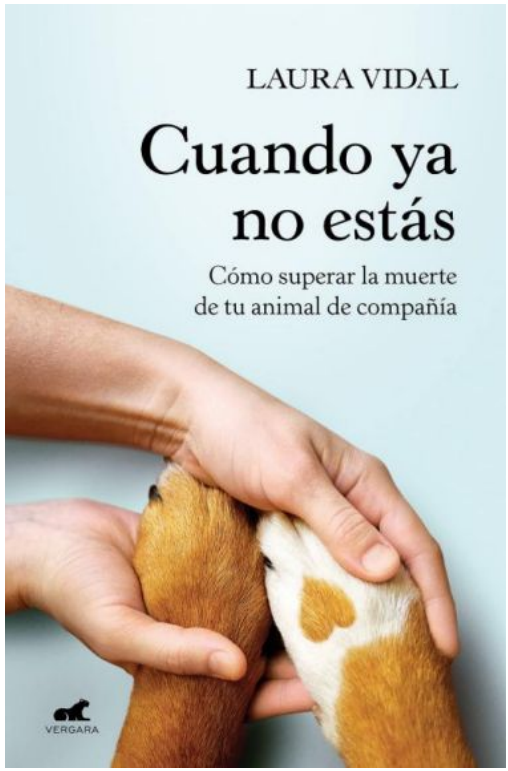
Web: www.huellaemocional.es

E-mail: huellaemocional@hotmail.com

Espérame en el arcoíris te ayudará, con palabras sencillas y anécdotas llenas de cariño, a asimilar el fallecimiento de tu alma gemela peluda. Te dará pautas para:

- Gestionar las distintas etapas del duelo.
- Ayudar a otros: la importancia de la empatía.
- Comprender el poder de la resiliencia.
- Saber cuándo estás preparado para tener otro peludo.

Un libro que te servirá para recordar a tu amigo, no con lágrimas en los ojos, sino con una sonrisa en el corazón.



Cuando ya no estás, una guía indispensable para atravesar este oscuro laberinto llamado «duelo animal». Aquí encontrarás ejercicios prácticos para afrontar cada una de las emociones que surgirán en el proceso. Con experiencias compartidas de personas reales que están pasando por el mismo camino que tú. Herramientas emocionales para la pérdida y la vida en general.

Bibliografía

Recopilación de bibliografía recomendada y profesionales nombrados en este libro.

Libros

Berg, Karen (2012). Continuará… *La reencarnación y el propósito de nuestras vidas.* Kabbalah Publishing.

Cámara Marín, Joaquín (2018). *Una vida infinita. Descubre en profundidad el revelador viaje del alma tras la muerte.* Amazon Publishing (autopublicación).

Elsaesser, Evelyn (2018). *Cuando los difuntos nos visitan.* Ediciones Urano (Sello Kepler).

Griffin, Donald R. (1986). *El pensamiento de los animales.* Editorial Ariel.

Guggenheim, Bill, y Guggenheim, Judy (2009). *Saludos desde el cielo. Una investigación sobre los contactos después de la muerte que confirma que la vida y el amor son eternos.* Editorial Océano-Ámbar.

Heraso, María Isabel (2015). *Viajeros en tránsito. Una perspectiva diferente de la muerte. Un regalo para disfrutar de la vida.* Editorial Zenith/Planeta.

Leal, María Esther (2021). *El Cielo es real: la vida continúa. Relatos de comunicaciones con seres fallecidos* . Amazon Kindle.

Martín Caraballo, Raquel (2021). *No estamos muertos. Las 10 señales del otro lado que me revelaron que la muerte no existe.* Autopublicación.

Pedrero, Miguel, y Fernández, Carlos G. (2015). *Nos vemos en el cielo. Manifestaciones después de la vida de nuestras mascotas.* Editorial La Esfera de los Libros.

Perreau de Pinninck, Patricia (2022). *Si pudieras hablar. Cómo escuchar a nuestros animales y sanar a través de nuestra conexión* . Editorial Vergara.

Sheldrake, Rupert (2007). *De perros que saben que sus amos están camino a casa: y otras facultades inexplicables de los animales.* Ediciones Paidós.

Stevenson, Ian (2010) *Veinte casos que hacen pensar en la reencarnación.* Editorial Mirach.

Weiss, Brian L. (2018) *Muchas vidas, muchos maestros.* Editorial Vergara.

Entrevistados

Joaquín Cámara: www.triom.es

María Esther Leal: www.mariaestherleal.com

Luz Armillas: www.luz-animal.com

Patricia Perreau: www.patriciaperreau.com

Olga Porqueras: www.douladelalmaanimal.com

Parte de las entrevistas grabadas a estos expertos pueden verse en el canal de YouTube: Huella Emocional-Laura Vidal.

¡Gracias!

Gracias por el tiempo que le has dedicado a leer *Conmigo siempre* . Si te ha gustado este libro y lo has encontrado útil, te estaría muy agradecida si dejas tu opinión en Amazon. Me ayudará a seguir escribiendo libros relacionados con este tema. Tu apoyo es muy importante. Leo todas las opiniones e intento dar un *feedback* para hacer este libro mejor.

Si quieres contactar conmigo aquí tienes mi *e-mail* :

huellaemocional@hotmail.com

Referencias

(1) Cabe destacar que en los mensajes de información se habla del estado de la persona fallecida, de cómo se encuentra, pero muy pocos comunican información sobre su nueva forma de existencia o explícitamente de lo ocurrido tras la muerte.

(2) Los estudios se han basado principalmente en animales domésticos (perros y gatos) no sabemos si los demás animales también tienen esta percepción, aunque podemos intuir que sí, no hay investigaciones al respecto.

(3) Los estudios se han basado principalmente en animales domésticos (perros y gatos) no sabemos si los demás animales también tienen esta percepción, aunque podemos intuir que sí, no hay investigaciones al respecto.

Índice de contenido

Nota
Introducción
El miedo a la muerte
Vida después de la vida
La vida después de la vida en seres humanos
La vida después de la vida en animales
El alma de los animales
Reencarnación
La reencarnación y los seres humanos
La reencarnación y los animales
Historia de un alma gemela peluda
Conclusiones
Para reflexionar
Fin del viaje
Mi conclusión personal
Una carta para ti
Carta al lector
Agradecimientos
Bibliografía